



การออกกำลังกาย สำหรับวัยทำงาน

รักษาการทำงานของอวัยวะ
ให้มีประสิทธิภาพและเชื่อมต่อ
คลายความเครียด



ศูนย์อนามัยที่ ๕ นครราชสีมา กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
โทร. 0-4430-5131 โทรสาร 0-4429-1506 <http://hpc5.anamai.moph.go.th>