



三良坂健康づくりサポーター・ ウォーキングマイスター交流会

◆日時：令和8年4月28日（火） 13時30分～15時00分

◆場所：三良坂支所 1階プレハブ会議室

◆内容：①研修

●SMSについて

●みんなちやれについて

●運動：「～ストレッチをして体をほぐしていきましょう！！～」

講師：健康運動インストラクター 政倉 由子さん

②健康づくりサポーター・ウォーキングマイスター交流会

みなさんで楽しく交流しながら、今年度の計画を考えましょう！！



【連絡先・問い合わせ】

三次市三良坂支所

保健師：高橋

電話：44-3111