

平成31年3月12日
三次市甲奴支所

お楽しみ健康づくり講演会について

こうめ健康プロジェクトでは、甲奴診療所の重岡先生をお招きし、「ゆげんき」を活用した健康づくりと題してお楽しみ健康づくり講演会を開催します。

会場では講演会の他、体力測定会、ウォーキング、インストラクターによるイス体操の実技指導を行います。

- 1 日時 平成31年 3月17日（日）
10:00～15:30
- 2 場所 三次市甲奴健康づくりセンター ゆげんき
- 3 内容 健康づくり講演会及び地域住民の運動参加に対する表彰等
- 4 添付書類 当日の案内チラシ

本件に関するお問い合わせ先



三次市 甲奴支所 地域づくり係（担当 粟根・於子）

電話番号:0847-67-2121 FAX番号:0847-67-3126

E-mail:kounu@city.miyoshi.hiroshima.jp

〒729-4102 広島県三次市甲奴町西野40番地1

こうぬ健康づくりプロジェクト主催



お楽しみ 健康 **無料** づくり 講演会

●日時：2019年3月 **17** 日（日） **13:30~15:30**

●場所：三次市甲奴町健康づくりセンターゆげんき 多目的室

講演 『ゆげんき』を活用した健康づくり

●講師：甲奴診療所長 **重岡 尚也** 先生

※講演の後は、みんなで楽しく歌を歌いましょう♪♪



《講演以外の内容》

- ・元気はつらつ体操
- ・健康づくりチャレンジ表彰式

※日頃の運動を習慣化するきっかけづくりにも、『運動スタンプカード』活動に取り組んできました。

たくさんの皆さんに参加いただき、ありがとうございました。

講座当日、『運動スタンプカード』表彰式を行い、30ポイント以上貯まった方全員に、プレゼントをお渡しします！！

元氣！



【健康づくりプロジェクト】

- ・甲奴町振興協議会連合会
- ・三次市体育協会 甲奴支部 ☎ 0847-67-3535
- ・三次市社会福祉協議会 甲奴支所 ☎ 0847-67-2075