

健康ひろば

いくつになっても坂道を
上って下れる足腰をつくろう

◎ 日 程：平成30年4月～平成31年3月までの
毎月 第1金曜日 ・ 第3金曜日

◎ 時 間： 13：30 ～ 15：30

◎ 会 場： 新日鐵住金大谷体育館
(住所 八幡東区大谷1丁目2-6)

◎ 内 容： 13：30～ 血圧測定・健康相談
14：00～ 健康体操

＜参加されるみなさまへ＞

- * 運動のできる服装でご来場ください
- * 屋内用運動靴と外履を入れる袋をお持ち下さい。
- * 水分補給のための飲み物をご持参ください
- * 健康手帳をお持ちの方はご持参ください
- * 車でお越しの方は、駐車場をご利用下さい。
- * 台風や大雨等により悪天候の場合や会場の都合により
中止となる場合もありますので、ご了承ください。



主催：八幡東区いきいき21 推進協議会

(お問合わせ) 八幡東区役所 保健福祉課 地域保健係

TEL：671-6881 (直通)



○ 時間： 13:30 ~ 15:30

○ 会場： 新日鐵住金大谷体育館

日 程	
4月	6日 (金) 20日 (金)
5月	お休み 18日 (金)
6月	1日 (金) 15日 (金)
7月	6日 (金) 20日 (金)
8月	3日 (金) 17日 (金)
9月	7日 (金) 21日 (金)
10月	5日 (金) 19日 (金)
11月	お休み 16日 (金)
12月	7日 (金) 21日 (金)
1月	お休み 18日 (金)
2月	1日 (金) 15日 (金)
3月	1日 (金) 15日 (金)