

令和8年度 健康すこやか塾

年間スケジュール



仲間とえがおでAction!

4/24 (金)	10:00~12:00	開級式 体力測定・体操指導	戸畑リハビリテーション病院 理学療法士 原田直樹
5/29 (金)	10:00~13:00	バターを使わない 健康パン作り ※別途材料費が必要です	フードコーディネーター 伊東和美
6/26 (金)	10:00~12:00	雪印メグミルク出前講座 骨の健康について& わなげ体験	雪印メグミルク講師・ 健康づくり部会
7/24 (金)	10:00~12:00	体力測定結果返し& リズム体操	戸畑リハビリテーション病院 理学療法士 原田直樹・ 健康推進員 長谷川明美
9/25 (金)	10:00~12:00	地域医療と介護講話	権頭クリニック 院長 権頭聖
11/21 (土)	10:00~12:00	減塩みそづくり ※別途材料費と容器が必要です	ミソラシド 佐野典子
12/25 (金)	10:00~12:00	閉級式 保健師による統計的なお話 万歩計の表彰 リズム体操	八幡西区保健師 清水友紀 健康推進員 長谷川明美

お申込み：永犬丸西市民センター
☎ 692-5760

※講座は都度お申込みください