

令和8年度黒崎元気ハツラツ健康講座

時間 13:00～15:00 ～健康づくり推進員の会共催～

月 日	内 容	場 所
4/1 (水)	お花見グランドゴルフ 雨天：モルック	石畑公園 多目的ホール
5/6 (水)		
6/3 (水)	モルック 4/1雨天の場合は、グランドゴルフ	多目的ホール 石畑公園
7/1 (水)	講話「骨粗しょう症」 講師：製鉄記念病院末永先生	第2会議室
8/5 (水)	輪投げ	多目的ホール
9/2 (水)	トリコロキューブ	多目的ホール
10/7 (水)		
11/4 (水)	健康増進講座「血管にかかわる病気について」	第2会議室
12/2 (水)	ラダーゲッター	多目的ホール
1/8 (金)	ウォーキング（三社参り） 曜日注意	春日・岡田・一の宮
2/3 (水)	ごもくお手玉 アンケート	多目的ホール
3/3 (水)	ペタンク	多目的ホール

- ・ 運動が出来る格好で、室内運動靴、タオル、飲み物を用意し、ご参加下さい。
- ・ 保険料年500円が必要です。
- ・ 内容は、変更になる事があります。

黒崎市民センター 093-641-4106

令和8年度 「元気ハツラツ健康講座」 申込み

ふりがな	
名前	年齢 才
住所 八幡西区	
電話	携帯