

新郷公民館 健康運動教室

開催曜日	第2水曜日	第4水曜日
内容	ストレッチ体操	椅子の体操
月日	4月 11日	25日
	5月 9日	23日
	6月 13日	27日
	7月 11日	25日
	8月 8日	22日
	9月 12日	26日

※公民館事業の都合上、日程変更になる場合がありますのでご了承ください。

会 場 新郷公民館（第2：和室 第4：講堂）

☆事前申し込み不要☆

時 間 10：00～11：30

指導者 羽生市健康運動普及推進員

持ち物 ・タオル（手ぬぐいの大きさ）

・水分補給用の飲み物

・室内用運動靴



《お問い合わせ》

羽生市役所 健康づくり推進課 保健係内

羽生市健康運動普及推進員協議会事務局

★羽生市ホームページで推進員の活動紹介をしております★

羽生市ホームページトップ→くらしの情報→予防と健康→健康づくりボランティア→健康運動普及推進員