



健康推進課長

コロナで中止していた

「脱メタボのための筋トレ脳トレ実践教室」

を再開します

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、長期間実施を開催を控えておりました「脱メタボのための筋トレ脳トレ実践教室」を、令和6年4月から開催いたします。

つきましては、周知啓発のほどよろしくお願いいたします。

記

1 内 容 別紙のとおり

問合せ先

こども健康部健康推進課 TEL 0533-67-1151

担当：内海





再開します!!

脱メタボのための



筋トシ・脳トシ実践教室

開始時間：9時30分から

内 容：脱メタボリック体操、脳トシ、健康に関するミニ講話 など…

(**タオル・水分**をお持ちください)

※内容は実施日によって違います！

場 所

市民会館 2F 東ホール



日 程

令和6年度

4月27日(土)	10月19日(土)
5月25日(土)	12月14日(土)
7月 6日(土)	令和7年 1月11日(土)
8月31日(土)	※ 3月15日(土)
9月28日(土)	

※3月15日(土)は体育センター競技場で実施します！

【問合せ先】 蒲都市 健康推進課

☎ 0533-67-1151