

和歌山県 主催事業

第2クール 参加者募集！！

国民健康保険の被保険者の方、限定

健康運動教室

無料

～自分の健康は 自分でつくろう～

午前の部(10:00～11:30)				午後の部(13:30～15:00)			
テーマ 思いどおりに動く身体をつくろう！				テーマ 明日もしたくなる運動をしよう！			
講師：くわばら りみ先生 (歌って笑って楽しい健康づくり研究所)				講師：(公財)和歌山県スポーツ振興財団			
日 程 ※すべて土曜日になります							
1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/2	3/9
※すべての日にご参加できなくても構いません。途中からでもご参加いただけます。 お気軽にお申し込みください。							
お申込みは、以下の QR コード、メールまたはお電話でお申し込みください							
QR コード		メールアドレス sposhinzigyou@wakayamasposhin.or.jp					
		氏名・住所・連絡先、参加日等を入力して送信してください。					
		電話 073-433-0035					
※いただいた個人情報は適正に管理し、この事業以外で使用することはありません。							
場 所 金屋文化保健センター 1階							
持ち物 運動できる服装・タオル・水分補給用飲み物							
定 員 午前の部・午後の部 いずれも先着 25 名							

【主催】和歌山県 国民健康保険課

【お問い合わせ先】

または

(公財)和歌山県スポーツ振興財団 事業振興課
〒640-8319 和歌山市手平 2-1-1 (和歌山ビッグホエール)
Mail: sposhinzigyou@wakayamasposhin.or.jp
TEL:073-433-0035(8:30～21:00) FAX:073-433-4181

有田川町健康推進課
〒643-0153 有田川町大字中井原 136-2
電話番号:0737-22-4503
(直通、平日 8:30～17:15)