

令和8年度 日置地区まちづくり協議会 健康福祉部会

みんながつながりあい元気で長生きしよう  
～運動習慣の定着をめざして～

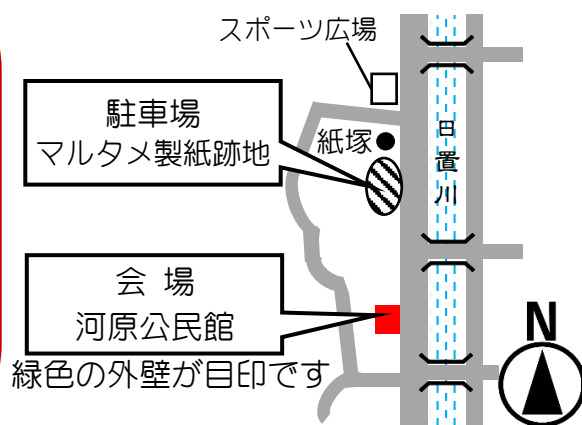
# 健康づくり気功教室

8月4日(火)

13:30～15:00

河原公民館にて

※ 駐車場はマルタメ製紙跡地をご利用ください。



指導 影日 伴美 さん

健康運動指導士、気功指導員

内容 軽い体操

持ち物 タオル

参加費 無料

申込締切: 8月3日(月)



## 《予告》

「健康づくり出前教室」

9月4日(金)

13:30～15:30

河原公民館にて

軽い健康体操の後は  
お笑いビデオを楽しみましょう!

体操指導: 高木慎也先生  
(株式会社さんびる)

申込締切: 9月1日(火)

どの集落の方でもご参加いただけます。  
軽い体操の後はみんなでワイワイおしゃべりしましょう。

お申込・お問合せは日置地区公民館まで  
日置地区公民館 電話86-0836 FAX86-0837  
e-mail cc-hioki@it.city.tottori.tottori.jp

裏面もご覧ください