

2026

9月9日(水)

【時間】10:00~11:30

参加費無料

おでかけ!

みんなでしげたかん

会場

重高集会所



しゃん
しゃん
体操

ミニ講演会

&

「お口の健康について」

鳥取市健康づくり推進課

歯科衛生士 さん



◎保健師さん(気高町総合支所)に
「瑞穂地域」の健康について
お話を聞きます。



動きやすい服装で
お越しください。
汗拭きタオル、飲み物



【体操指導者】

しゃんしゃん体操普及員

西垣 三千子 さん

お申し込みについて

下記申込書に必要事項を記入のうえ、公民館
までお申し込みください。
電話、FAX、メールでも受け付けています。

他の集落の方も
気軽にご参加ください。

【問合せ・連絡先】

瑞穂地区まちづくり協議会 事務局
(瑞穂地区公民館) 山尾
TEL 82-2206 FAX 82-2262
E-mail cc-mizuho@it.city.tottori.tottori.jp

共催 瑞穂地区まちづくり協議会・瑞穂地区公民館

裏面もご覧ください⇒

✂ 切り取り線

令和8年度 瑞穂地区まちづくり協議会・公民館事業「おでかけしゃんしゃん体操」参加申込書

氏 名	集 落 名	電 話 番 号