



令和3年

2/15

発行・編集

大津町 生涯学習課

熊本県菊池郡大津町大字引水
62番地 〒869-1234

☎ 096(293)2180

FAX 096(293)8761

URL <http://www.town.ozu.kumamoto.jp>

印刷

坂本印刷所

古紙パルプ配合率
70%再生紙を使用

生活習慣病予防 からだづくり教室

健康・運動の専門家が、「食と運動による健康づくり」をテーマに生活習慣病予防、改善に役立つ事を学べる運動教室を開催します。

体力に自信がない人、運動が苦手な人でも気軽にご参加できます。日頃の運動不足を解消してみませんか？

- 日 時 3月1日、8日、22日、29日(月曜日 全4回)
- 時 間 午前10時～11時(60分)
- 講 師 大村 詠一 (Team OHMURA)
- 内 容 運動教室 健康講座
- 場 所 町総合体育館
- 定 員 10名(応募者多数の場合は先着順となります)
- 参 加 費 無料
- 持 参 物 運動のできる服装、室内シューズ、飲み物、タオル、マスク
- 参 加 条 件

○マスクを持参し着用してください。

○現住所が確認できるものをお持ちください。

○次の事項に該当する場合は自主的に参加を見合わせて下さい。

- ・体調がよくない場合(発熱や風邪、味覚障がいなどの症状がある場合)
- ・同居家族や身近な知人に新型コロナウイルス感染症が疑われる人がいる場合

※新型コロナウイルスの感染状況によっては内容が変更される場合があります



- 申し込み・問い合わせ NPO法人クラブおおづ 町総合体育館トレーニングルーム
平日・土曜 午前9時～午後8時 日曜・祝日 午前9時～午後5時 休館日 毎週火曜日
☎096(293)8088 内線トレーニングルーム