回覧

第２回
働き世代の健康づくり教室

運動講話
ピラティス

医療法人利光会 五反田病院
理学療法士　羽野　裕介　氏

ミニ栄養講話
ダイエットと栄養

玖珠町子育て健康支援課
管理栄養士

日時：令和8年12月3日（木）　午後7時～午後8時30分
（受付：午後6時30分～）

場所：くすまちメルサンホール　1階　健康増進室

体組成無料

申込方法

①WEB申込
右記QRコードを読み取り、
WEBサイトよりお申込ください。

②電話申込
下記にお電話ください。
申込先：子育て健康支援課　健康推進班　☎72-2022

注意事項

・運動靴と動きやすい服装でお越しください。
・水分補給の飲み物、 タオルをご持参ください。
・治療中の疾患がある方は、主治医にご相談の上ご参加ください。

問合先：玖珠町子育て健康支援課 健康推進班 ☎0973-72-2022