



鬼保発第 751 号
令和 7 年 9 月 10 日

生田地区のみなさまへ

鬼北町長 兵頭誠亀
生田健康会議

生田健康学級のお知らせ

秋晴の候、皆さん、いかがお過ごしでしょうか。
生田地区健康学級のお知らせです。隣近所お誘いあわせのうえ、おいでください。

記

日 時

令和 7 年 10 月 15 日(水)

午後 7 時～午後 8 時

※午後 6 時 30 分ごろより血圧測定を行います

場 所

生田中組集会所

内 容

体操教室 作業療法士 兵頭紳吾先生

持参物

健康手帳・水分・タオル・動きやすい服装

セラバンド(ゴムバンド)を使った
座ってできる筋力トレーニングや
脳トレをします！
お気軽にご参加ください。

お問い合わせ先
鬼北町役場 保健介護課
保健師 小越真祈(愛治公民館 46-0001)

