

回覧

小松・延川・久保地区
の皆様へ

鬼保発第 1206 号
令和 7 年 12 月 24 日

鬼北町長 兵頭誠亀



健康学級のお知らせ

師走の候、お体お障りなくお過ごしでしょうか。

さて、下記のとおり健康学級を開催いたします。ご近所お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

記

日 時	令和 8 年 1 月 28 日 (水) 10:00 ~ 11:00 (9:45 ~ 血圧測定)
場 所	三島公民館
内 容	~カラダとココロをほぐす~ ストレッチ & ヨガ教室
講 師	ヨガインストラクター 武田由美さん
参加費	無料
持参物	ハンドタオル、健康手帳
問い合わせ	三島公民館 保健師 坂川 TEL48-0111

身体がかたい方や体力
が不安な方でも安心し
お越しください



(きりとり線)

申込用紙 (

組)

申込み切 1 月 21 日 (水)

氏名	連絡先	氏名	連絡先

※組長さんは申込みの有無に関わらず、区長さんまでご提出をお願いします。