

令和4年度健康ひょうご21県民運動たんば会議

総会及び研修会

日次：令和4年6月30日（木） 13:30~15:30
会場：丹波篠山市民センター 多目的ホール
丹波篠山市黒岡191 TEL：079-554-2188

入場
無料

定員
80名

* 座席間の十分な間隔を取ります

第1部:総会

13:30~14:05

総会議事

- ・令和3年度事業報告
- ・役員改選について
- ・令和4年度事業計画(案)



(公財)健康財団
マスコットキャラクター
けんぞうくん

第2部:研修会

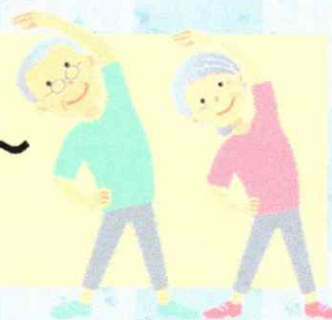
14:15~15:30

講演 & 健康体操

* どなたでもご参加いただけます

「+10分(プラス・テン)でいきいきした毎日を」
~withコロナ時代の毎日のエクササイズ~

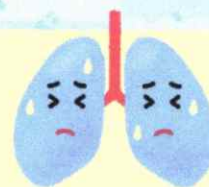
講師：公益財団法人神戸YMCAコーディネーター
健康運動指導士 竹内尚美 氏



情報提供

「知ってください！ 肺の生活習慣病COPD」

講師：丹波健康福祉事務所
保健師 西村みゆき



- * 新型コロナウイルス感染拡大防止に、十分な配慮をしたうえで開催いたします。
 - ・参加者及びスタッフのマスク着用、手指用アルコール消毒
 - ・参加者の健康状態の確認
 - ・定期的な換気
 - ・座席間の十分な間隔
- * 軽い運動を行いますので、動きやすい服装、お茶等をお持ちの上お越しください。
- * 感染拡大の状況によっては、開催を中止することがあります。

【お申し込み・お問合せ先】 申込締切：6月20日（月） * 申込方法はチラシ裏面をご覧ください
(公財) 兵庫県健康財団丹波支部（丹波健康福祉事務所内）
電話：0795-73-3653 FAX:0795-73-0259 担当：青木