

健康まえばし21講演会を開催します

本市の健康増進計画である「健康まえばし21」を多くの市民に広め、一人一人が「健康寿命の延伸」を目指して、主体的な健康づくりに取り組めるように、健康まえばし21講演会「正しいウォーキングで育てる健康」を開催します。

- 1 日 時 令和2年11月19日（木）午後1時30分（受付は午後1時から）
- 2 会 場 総合福祉会館 2階多目的ホール（日吉町二丁目17-10）
- 3 講 師 前橋まちづくり公社 ヤマト市民体育館前橋
やぎ ひとし さん
八木 均 さん
- 4 内 容 コロナ禍で運動不足となっている人へ、健康的な体を手に入れるための正しいウォーキング方法について講演します。
- 5 対 象 一般市民 先着100人
(定員に達したため募集は終了しています)
- 6 料 金 無料



ホームページ



講師 八木 均さん

本件に関するお問い合わせ先

健康増進課 地域保健係

電 話 直通 / 027-220-5708