

R6年度

いきいき健康教室



運動講師による
エクササイズ

保健師による
健康講話

体成分分析器等
各種測定

実施しない会場
もあります

ご夫婦、お友達、
子育て中のパパママ
大歓迎

長崎市民対象
参加無料

申込締切日までに「健康教室について」と
電話にてお申込みください(要予約・定員あり)



095-892-1113

長崎市南総合事務所地域福祉課

実施日	時間	場所 (※)は室内履きをご持参下さい	申込 締切日
7月4日(木)	10:00~12:00	伊王島開発総合センター	7/1(月)
7月29日(月)	13:00~15:00	高島ふれあいセンター	7/24(水)
8月28日(水)	13:30~15:30	健康づくりセンター(※)	8/23(金)
10月1日(火) ★保育あり パパママ大歓迎!	13:30~15:30	南部市民センター(※)	9/26(木)
11月7日(木)	10:00~12:00	伊王島開発総合センター	11/1(金)
11月18日(月)	13:00~15:00	高島ふれあいセンター	11/13(水)
11月28日(木)	10:00~12:00	高浜地区公民館(※)	11/25(月)
12月4日(水)	13:30~15:30	深堀地区ふれあいセンター	11/29(金)
令和7年1月28日(火)	10:00~12:00	香焼公民館(※)	1/23(木)