

鳥取市内の友の会一覧



健康は日々の生活習慣の積み重ねです。『継続は力なり』…分かってはいるけれど、「なかなか変えられない」「続けられない」と困っておられませんか？生活習慣の改善に少しでも関心のあるみなさん、ぜひお越しください！

【内容】

- ・専門職（保健師/管理栄養士/健康運動指導士等）の講話・実践
- ・健康測定、ウォーキング、健康体操、調理実習 ・情報交換 等

友の会	開催頻度	時間	場所、お問合せ先
【福 部】 らっちゃん 健康クラブ	6回/年	9：30 ～11：30 ※月により時間 帯の変更あり	場 所：福部コミュニティーセンター 他 お問合せ：福部町総合支所 市民福祉課 ☎0857-30-8664
【鳥取東】 桜の会 	1回/ 1～2 か月	10：00 ～12：00 ※月により時間 帯の変更あり	場 所：鳥取東保健センター または国府町コミュニティーセンター お問合せ：鳥取東保健センター ☎0857-30-8659
【河 原】 がんばろう会 	1回/月	9：30 ～11：00	場 所：河原町老人福祉センター 他 お問合せ：河原町総合支所 市民福祉課 ☎0858-71-1724
【用 瀬】 さつき会 	1回/月	9：30 ～11：30	場 所：用瀬保健センター 他 お問合せ：用瀬町総合支所 市民福祉課 ☎0858-71-1894
【佐 治】 みつまた会 	1回/月	9：30 ～11：30	場 所：佐治保健センター または佐治町 B&G 海洋センター お問合せ：佐治町総合支所 市民福祉課 ☎0858-71-1914
【気 高・鹿 野】 健康づくり友の会	1回/月 (8月除く)	10：00 ～11：30 ※月により時間 帯の変更あり	場 所：気高保健センター 他 (ゆうゆう健康館けたか) お問合せ：気高町総合支所 市民福祉課 ☎0857-30-8674 鹿野町総合支所 市民福祉課 ☎0857-30-8684
【青 谷】 糖尿病予防 ともの会 	1回/月 (8月除く)	9：30 ～11：00 ※月により時間 帯の変更あり	場 所：青谷町総合支所 他 お問合せ：青谷町総合支所 市民福祉課 ☎0857-30-8694