



桜の会



日時	場所	内容	持ち物
R7 4/9 (水) 10:00~12:00	鳥取東保健センター (国府町総合支所内)	◆桜ウォーキング ※雨天の場合はニュースポーツ (内容は未定)	・帽子 ・タオル ・お茶
6/3 (火) 10:00~12:00	鳥取東保健センター (国府町総合支所内)	◆グラウンドゴルフ ※集合場所は鳥取東保健センターです。 鳥取東保健センター隣のいなば公園で行う予定です。	・帽子 ・タオル ・お茶
8/6 (水) 10:00~12:00	鳥取東保健センター (国府町総合支所内)	◆モルック	・タオル ・お茶
9/3 (水) 10:00~13:00	<u>国府町コミュニティセンター</u>	◆栄養士講話 (適塩について) ※弁当あり <u>申し込み締め切り8/22(金)まで</u>	・お茶
11/5 (水) 10:00~12:00	<u>国府町コミュニティセンター</u>	◆紅葉ウォーキング ※雨天の場合はポッチャ	・帽子 ・タオル ・お茶
12/3 (水) 10:00~12:00	<u>国府町コミュニティセンター</u>	◆歯科衛生士講話	
R8 2/3 (火) 10:00~12:00	<u>国府町コミュニティセンター</u>	◆糖尿病予防のための運動の実践 (運動指導士)	・タオル ・お茶
3/4 (水) 10:00~12:00	<u>国府町コミュニティセンター</u>	◆健診結果を振り返ろう 来年度年間計画について	・直近の健診結果

※9/3 (水) の弁当の日は事前に申し込みが必要になります。

当日の参加者には、弁当代を集金させていただく予定です。代金は申し込みしていただいた際にお伝えします。

*日時・内容が変更となる場合があります。その際にご連絡します。

*持病のある方もおられます。可能な範囲でマスクの着用をお願いします。

【来た人からすること】

机・椅子の準備
 血圧計の準備・測定
 出席簿に○をつけ、記録する

《連絡先》

鳥取市 健康づくり推進課鳥取東保健センター
 電話 30-8659