

8月 活動予定の 健康づくりリーダー活動・イベント一覧

活動予定日	講座・イベント名	開催場所	時間
令和6年 8月	6日（火） 13日（火） 20日（火） 27日（火）	体力づくり講座	元気プラザ 10:00~11:15
	8日（木）	油川地区体力づくり講座	油川市民センター 10:00~11:15
	8日（木） 22日（木）	運動講座	横内市民センター 10:00~11:30
	14日（水）	西部地区体力づくり講座 (健康 C&C in 西部市民センター)	西部市民センター 10:00~11:30
	8日（木）	中央地区ロコトレ講座	県民福祉プラザ 10:00~11:30
	8日（木） 22日（木） 29日（木）	戸山地区健康講座	戸山市民センター 10:00~11:30
	21日（水）	東部市民センター体力づくり教室	東部市民センター 13:30~15:00
	21日（水）	三内・西滝地区体力づくり講座	三内丸山市民館 10:00~11:15
	22日（木）	中央地区体力づくり講座	中央市民センター 10:00~11:30

8月 活動予定の その他イベント一覧

活動予定日	講座・イベント名	開催/集合場所	時間/備考
令和6年 8月	健康 C&C In 駅前スクエア	駅前庁舎1階	10:00~15:00 (14:30受付終了) ※申込締切：8月22日（木）
	まちかどかんたん健康チェック	ユニバース 三内店	10:00~12:00 ※申込不要

※いずれの講座も、定員を設け**事前申込制**としております。既に定員に達している講座につきましても、活動中のイベントとして掲載しておりますのでご了承ください。

【問合せ先】青森市保健所 健康づくり推進課 健康寿命対策室（TEL：017-718-2912）