

各位



明治地区郷土づくり推進会議
健康生きがい部会



「健康生きがい講座」(地区)のご案内

毎々、明治地区の「公園体操」にご協力賜り、心より感謝申し上げます。
この度、「令和7年度健康生きがい講座」を下記の内容にて開催いたします。
ご多用の折とは思いますが、万障お繰り合わせの上、ご参加くださいます
ようご案内いたします。

記

- 1 日 時：2026年(令和8年)2月20日(金)
午後1時00分～3時00分(最終受付：午後2時30分)
- 2 場 所：羽鳥市民の家
- 3 講 師：公益財団法人藤沢市保健医療財団 健康運動指導士
健康づくり普及推進団体「健康ふじさわ」
藤沢市健康医療部健康づくり課職員(保健師)
- 4 内 容：①明治版ウォーキングコースの紹介
②歩行姿勢測定
③血圧測定

※測定を含め5分程度で終わりますので、ご都合のよい時間にお越し
ください。

以 上