

募集



正しく学び、正しく運動！

けいせんけんこうセミナー・ビギナー健康塾 参加者募集！！

健康福祉課 健康推進係 ☎ 65・0001

■ 令和7年度 けいせんけんこうセミナー（前期日程）

近年、3人に2人は生活習慣病になると言われています。健診結果の見方や生活習慣病予防の食事づくり、効果的な運動を学べるセミナーを計画しています。興味のある内容の教室だけに参加でも大丈夫です。ぜひ、この機会に生活習慣病を見直し、健康づくりに取り組んでみませんか？

【対象】20歳以上の方

	日 程	時 間	会 場	内 容	定 員
第1回	6月9日(月)	9時30分～12時	総合福祉センター	健診結果の見方と健康度チェック	15名
第2回	6月26日(休)	9時30分～13時	総合福祉センター	生活習慣病予防の食事づくり	16名
第3回	7月7日(月)	【1部】9時～10時 【2部】10時30分～11時30分	総合体育館 (トレーニングルーム)	トレーニング機器の 使い方と効果	各部、 9名ずつ
第4回	9月17日(休)	10時～12時	総合福祉センター	ウォーキング・自宅でできる運動	15名

※受付時間は各回10分前からです。 ※参加費は無料です。開催日の1週間前までお申込み可能です。

※第2回はエプロン・バンダナを持参ください。また、第3・4回は室内シューズ、飲み物、タオルを持参し、動きやすい服装でご参加ください。

■ ビギナー健康塾 ～健康づくりのためのヨガ体験～

福岡県では、20歳～40歳代女性の運動習慣のある人の割合が年々減少しています。最近、体を動かしていない方や初心者の方、ぜひ一緒にヨガの体験をしてみませんか？

【対象】20歳～40歳代女性の方

日 程	時 間	会 場	内 容	定 員
9月6日(出)	10時～11時30分	総合福祉センター	硬くなった身体を ゆっくりほぐすヨガ体験	15名程度

※参加費は無料です。開催日の1週間前までお申込み可能です。飲み物、タオル持参のうえ、動きやすい服装でご参加ください。

募集


 誰もが活躍できる社会を目指して
 男女共同参画施策
 推進協議会 公募委員募集

健康福祉課 高齢者女性係 ☎ 65・0001

桂川町では、「男女共同参画社会の実現」を推進することを目的に、「桂川町男女共同参画施策推進協議会」を設置しています。現委員の任期満了にともない、新たな公募委員を募集します。

【募集委員】2名まで

【任期】2年

【協議会】

年に1～3回程度開催予定。ただし、令和7年度は計画策定のため、年5回程度開催予定。

【応募条件】

町内に住所を有する方、または町内で働く18歳以上の方（令和7年3月31日現在）

【応募期間】4月1日(火)～4月30日(水) 必着

【応募方法】

申込書に必要事項を記入し、健康福祉課 高齢者女性係まで郵送または持参ください。

【その他】申込書は、健康福祉課および桂川町ホームページで配布。

【郵送先】

〒820・0693

桂川町大字土居361番地

総合福祉センター「ひまわりの里」内

健康福祉課 高齢者女性係