

教室名	ヨガ	ピラティス
日時	9月6日(出) 10時～11時30分	12月6日(出) 10時～11時30分
場所	総合福祉センター「ひまわりの里」多目的室	
対象者	20～40歳の女性	
講師	ナーディ 東島 ツキミ 先生	北九州スポーツクラブ連絡会 金村 真美 先生
参加費	無料	
申込期限	開催日の1週間前まで	
定員	15～20名	15～20名
持参物	タオル、飲み物	室内用運動靴、タオル、飲み物
その他	託児あり	

福岡県では、20～40代の女性の運動習慣のある人の割合が年々減少しています。女性は、体の変化に伴うそれぞれの年代に特有の健康問題があります。生涯に渡って健康に過ごすために、最近体を動かしていない方や、どんな運動を始めたらいいか迷っている方、ぜひ一緒にヨガやピラティスの体験をしてみませんか？

岡健康福祉課健康推進係 ☎65・0001



ビギナー健康塾

桂川町食生活改善推進会

桂川町誌 編さんだより ～第6回～

あのころけいせん

～過去の広報誌をご紹介～
その3



今回は平成2年8月号の記事をご紹介します。

『待望の町民音頭ができました。その名も、「桂川よかたい音頭」どなたにも踊れます様簡単な振りになっております。輪を作りましたら右廻りで、踊って下さい。』

と掲載されています。

こちらの「桂川よかたい音頭」は桂川町の町制50周年を記念して制作されました。

今年の8月23日(出)の「夏まつり桂川」の盆踊りでも使用されます。ご興味のある方はぜひ、踊ってみてください。

当時の「広報けいせん」が気になる方は、桂川町立図書館に保管されていますので、ぜひご覧になってください。