



糖尿病予防教室のご案内

糖尿病の予防を目的に、運動教室を開催します。

運動の専門家による指導を受け、無理なく実施できる運動教室です。

ぜひお気軽にご参加ください！

【教室のご紹介】

開 催 日	令和8年2月5日～3月26日 木曜日・全8回
実施時間	午後2時15分～3時00分 (受付時間:午後2時00分～2時15分)
内 容	室内運動(ミニ栄養講座1回含む)
会 場	スポーツアカデミー小矢部(埴生2-1:TEL 68-0558)
定 員	20名 (先着順。 <u>定員に達した時点で締め切ります</u>)
参 加 費	無 料

〈参加条件〉 ①～③の全てに該当する人

①医師からの運動制限の指示を受けていない人

②期間中継続して教室に参加できる人

③今年度中にスポーツアカデミー小矢部の健康教室に参加していない人

※ 送迎はありません

〈申込方法〉 令和8年1月23日(金)まで

健康福祉課まで☎67-8606 または

申し込みフォーム



お申し込みをされた人に後日詳しい案内を送付します。



■ 問い合わせ ■

小矢部市健康福祉課(総合保健福祉センター内)

TEL 67-8606