

12月活動予定 健康づくりリーダー活動 一覧

活動予定日		講座・イベント名	開催場所	時間
令和2年 12月	1日(火)	体カづくり講座	元気プラザ	10:00~11:15
	8日(火)			
	15日(火)			
	22日(火)			
	8日(火)	冬を乗り切るための 健康チェック&ウォーキング	盛運輸サンドーム会議室	13:30~15:45
	10日(木)	中央地区口コトレ講座	市民室内プール2階研修室	10:00~11:30
	10日(木)	沖館地区健康講座	沖館市民センター	10:00~11:30
	23日(水)			
	10日(木)	戸山地区健康講座	戸山市民センター	10:00~12:00
	24日(木)			
	15日(火)	油川地区健康づくり講座	油川市民センター	10:00~12:00
	16日(水)	三内西滝地区体カづくり講座	滝内福祉館	10:30~12:00
16日(水)	東部地区体カづくり講座	東部市民センター	14:00~15:00	
23日(水)	体カづくり講座 (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	

※参加人数の関係上、活動一覧に掲載しない活動もあります

12月実施予定 その他・イベント 一覧

日程		講座・イベント名	開催場所	時間
令和2年 12月	3日(木)	血管いきいき講座 in 古川	古川市民センター	10:30~12:30
	4日(金)	健康C&C in 浪岡	浪岡総合保健福祉センター	11:00~12:00
	10日(木)	血管いきいき講座 in 横内	横内市民センター	10:30~12:30
	11日(金)	血管いきいき講座 in 荒川	荒川市民センター	10:30~12:30
	14日(月)	血管いきいき講座 in 大野	大野市民センター	10:30~12:30
	16日(水)	医師会主催 健康教室 「知らないと怖い!!正しく不整脈を知ろう」	元気プラザ	13:00~
	16日(水)	血管いきいき講座 in 元気プラザ	元気プラザ	14:00~16:00
	17日(木)	健康C&C in 駅前スクエア	アウガ1階	10:00~15:00
	21日(月)	血管いきいき講座 in 油川	油川市民センター	10:30~12:30
	25日(金)	血管いきいき講座 in 西部	西部市民センター	10:30~12:30

※新型コロナウイルス感染症の予防のため、上記の健康づくりリーダー活動、その他・イベントは、**全て事前申込制**です。

市内の感染状況をふまえて中止とする場合は事前に連絡いたします。

定員・申込先など詳細は下記にお問い合わせ下さい。

お問い合わせ先：青森市保健所 健康づくり推進課 TEL 017-743-6111