

## 6月 活動予定の健康づくりリーダー活動・イベント一覧

活動予定日	講座・イベント名	開催場所	時間	
令和6年 6月	4日 (火)	体力づくり講座	元気プラザ	
	11日 (火)			
	18日 (火)			
	25日 (火)			
	5日 (水)	沖館地区体力づくり講座	沖館市民センター	10:00~11:30
	20日 (木)			
	12日 (水)	運動講座	横内市民センター	10:00~11:30
	26日 (水)			
	12日 (水)	西部地区体力づくり講座 (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
	13日 (木)	中央地区ロコトレ講座	県民福祉プラザ	10:00~11:30
	13日 (木)	油川地区体力づくり講座	油川市民センター	10:00~11:30
	13日 (木)	戸山地区健康講座	戸山市民センター	10:00~11:30
	27日 (木)			
	14日 (金)	浪岡地区体力づくり講座 ミニ講座「わかりやすい!終活」	健康の森 花岡プラザ	10:00~10:50 11:00~11:30
	19日 (水)	東部市民センター体力づくり教室	東部市民センター	13:30~15:00
19日 (水)	三内・西滝地区体力づくり講座	三内丸山市民館	10:00~11:15	
27日 (木)	中央地区体力づくり講座	中央市民センター	10:00~11:30	

## 6月 活動予定のその他イベント一覧

活動予定日	講座・イベント名	開催/集合場所	時間/備考
令和6年 6月	4日 (火)	スポーツ広場 管理事務所	9:30~12:00 ※申込締切:5月28日(火)
	28日 (金)	まちかどかんたん健康チェック ユニバース 三内店	10:00~12:00 ※申込不要

※いずれの講座も、定員を設け**事前申込制**としております。既に定員に達している講座につきましても、活動中のイベントとして掲載しておりますのでご了承ください。

【問合せ先】青森市保健所 健康づくり推進課 健康寿命対策室 (TEL:017-718-2912)