【主　催】十文字地区交流センター運営協議会 健康福祉部会 ／ 令和８年１１月１日発行：十文字地区交流センター　☎ ０１８２－４２－２０６７

出前健康講座

～ 生活習慣病予防と運動 ～

健康づくりの一環として市立横手病院で実施している、「出前健康講座」を行っています。
第2回目のテーマは、
『生活習慣病予防と運動』です。
理学療法士の先生をお招きし、いつまでも元気に動ける体づくりのヒントを学びます。ご家族、ご友人などお誘いあわせの上、是非ご参加ください♪



参加無料

【日　　程】　令和**8**年**11**月**13**日（**金**）

【時　　間】　13時30分～14時30分（受付：13時～）

【場　　所】　十文字地区交流センター　交流ホール

【講　　師】　市立横手病院　理学療法士

【内　　容】　「生活習慣病予防と運動」

【定　　員】　30名（定員になり次第締め切ります）

【申込方法】　下記申込書を十文字地区交流センター事務局（十文字庁舎内）にお持ちいただくか、電話、FAX、メールのいずれかでお願いします。（平日8時30分～17時）　※11月10日(火)締切り

【電　話】0182-42-2067【FAX】0182-42-3391
【メール】jumonji-ckc@city.yokote.lg.jp（①申込者氏名　②居住町名　③電話番号　をお知らせください）

※メールでの申込みが完了されても返信はいたしません。当日、お時間までに会場へお越しください。
必要時や緊急時などには、お電話にてご連絡いたします。

キリトリ

【令和8年11月13日(金)開催　第2回 出前健康講座申込書】

締切り：１１月１０日（火）　＊十文字地区交流センター事務局まで

No.	氏　名	町　名	電話番号	備　考
1				
2				
3				
4				