



第24回

きままに

スポーツ
sports

健康
wellness



フェスタ
in はびねす

事前申込特典あり(ワンピースグッズ)！毎年恒例お楽しみ抽選会も！

日時 10月7日(日) 午前9時開会
対象者 町内在住・在勤の人
場所 保健福祉センター はびねす
参加方法 家族、友人お誘い合わせの上、自由にご参加ください。事前申し込みには特典があります。
 (申込期間 9月18日(火)～10月5日(金))
内容 (屋内) 防災クッキング、ストレッチポール体験、健康相談(歯科・栄養)、血管年齢測定などの健康チェック、AED講習、児童館特別開館(10月5日の午後と6日は終日休館)など
 (屋外) ボルダリングなど各種体験コーナー、ストラックアウトなどの各種スポーツコーナー

スタンプラリーを実施！
スタンプを集めて
豪華賞品を
ゲット！



問 生涯学習課 スポーツ振興係 ☎287-4330 保健福祉センターはびねす ☎234-6123

笑顔 de 運動教室 みんなで笑って楽しい運動を始めましょう！

■対象 40～74歳の町民(持病がある人は医師と相談)
 ■定員 20人程度 ■参加費 200円(当日回収)
 10日以降に保健福祉センターはびねすの窓口か電話で本人が申し込み。 ※どちらかコースをお選びください。

問 保健福祉センターはびねす ☎234-6123

10月の日程	やさしいコース	中級者コース
スッキリ！ おなかと背中！	1日(月) 10:00～	1日(月) 14:00～

1時間半程度の運動です