池田地区保健協「健康教室」

子供からシニアの方まで
みんなで楽しく

ウォーキング！

皆行こう



＆あなたの地区の出張保健室
健康づくり同窓会

2026.11.28(土)

参加費：無料

※自治会のどなたでも参加できます

時間 9:00～12:00

会場 西部市民センター　大ホール

出張保健室　　９：００～　健康チェック・健康相談
健康教室 一部　１０：００～　健康講座・ウォーキング準備体操
健康教室 二部　１１：００～　ウォーキング（雨天時は屋内）
※貢川遊歩道（新コース）

講師 川上嘉典先生　健康運動指導士

健康講座、健康体操の後、屋外をウォーキングします！

＜持ち物＞上履き、帽子、タオル　＜服装＞動きやすい服装、運動靴

★全員に参加賞（スポーツドリンク）プレゼント！

主催／池田地区保健計画推進協議会（保健協）
共催／池田地区スポーツ協会・池田地区社会福祉協議会
後援／池田地区自治会連合会・各種団体　協力／山梨県立大学地域研究交流センター
協力／甲府市西包括支援センター・甲府市役所地域保健課

参加申込み

当日受付でお申込みください！
出張保健室　８：４５から受付
健康教室　９：３０から受付（健康教室だけ参加の場合）

問い合わせ

保健協執行部にお願いします（個人情報のため電話番号未掲載）
中込健二・佐藤まゆみ・平松洋子・田草川幸美・五味美子
古屋とよか・五味むつ子・市川美代子