

月明かりとキャンドルの灯りでリフレッシュ！ 健康貯筋スタートプログラム「ナイトヨガ」を実施

市では、健康寿命日本一のまちづくりを進めるため、令和3年度からミズノスポーツサービス（株）及び大塚製薬（株）と連携し、働く世代を対象に屋外フィールドを活用したアウトドアヨガを実施しています。

令和7年度の夏季期間は、近年の猛暑を踏まえ、比較的涼しい夜間帯に実施します。

- 1 日時 令和7年7月11日（金）、8月8日（金）、9月8日（月）
19時30分～20時30分（受付：19時～）
- 2 場所 いろは親水公園（雨天時：市役所4階展望ロビー）
- 3 対象 20歳代～50歳代の人
- 4 定員 18人（申込み多数の場合は抽選）
- 5 費用（1回あたり）
市内在住・在勤の人：1,000円（保険代込）
市外在住・在勤の人：1,200円（保険代込）
- 6 申込み
令和7年7月3日（木）までにミズノスポーツサービス（株）
WEBサイトから申し込み
- 7 主催
志木市、ミズノスポーツサービス株式会社、大塚製薬株式会社



▲ミズノスポーツサービス
（株）WEBサイト



記 者 発 表 資 料
令和7年6月30日
子ども・健康部健康政策課
健康政策グループ
担当者／本間（主査）
電話番号／048-473-1674

志 木 市