

健康貯筋スタートプログラム

アウトドアヨガ

館近隣公園



いろは健康ポイント対象事業

9月26日 10月3日・10日・17日 土曜 全4回

10:00～11:00

栄養講座9月26日 11:15～12:15

市内在住・在勤者 4,300円 市外の方 5,000円

駐車場あり 雨天時体育館開催

申込期間 9月1日(火)から9月17日(木)まで

※応募多数の場合には抽選 定員:25名

保育あり

満1歳～4歳
無料

スポーツ教室

年中-小学生
無料

イベント情報

働く世代を応援します！

仕事や子供・家族が優先の生活の中、ほんのひと時
自分自身を大切にケアしてみませんか？

充実のサービス

- お子様をお預かりします（保育・運動教室） ※詳細は申込サイトをご覧ください
- スポーツ栄養士による栄養講座を受講：9/26 ヨガ終了後（お子様預かり有）
- 雨天開催：市民体育館内にて開催します
- 協賛品：栄養補給飲料/スポーツ用品 ご参加の皆様にお渡し
- 健康・栄養に関する質問コーナー/1分間の振り返り動画の配信



【本事業の問い合わせ先】

志木市民体育館
048-474-7666 （担当：中村）
健康政策課
048-473-1674 （担当：松前）

申込サイト



年間予定・詳細



Otsuka