



平成27年度ひろしま図書館まつり【図書館で発見!】

健康教室 ～図書館で健康管理～

健康で長寿



無料

湯来河野閲覧室の『健康コーナー』の利用に加え、健康教室として『健康で長寿』の秘訣をお話しいただく他、簡単な健康体操、血圧や体重管理の重要性など指南していただきます。

日時：平成27年11月 5日(木)
10:00~12:00

場所：サンピアゆき(多目的ホール)

講師：健康運動指導士 今原 正美 氏

対象：どなたでも

定員：50名(先着順・要申込)
10月 6日(火)より来館または
電話でお申込みください。

(参加決定者は、運動ができる服や運動シューズをご持参ください。)

※1階閲覧室内に『健康コーナー』を設置しています。「健康」に関する図書その他、血圧計・体重計を置いていますので、お気軽にご利用ください。



お申込み・お問い合わせ

主催 広島市立佐伯区図書館湯来河野閲覧室
広島市佐伯区湯来町大字和田353-1
電話 0829-40-4005

開館時間：火～金 9:00～18:00 土・日・祝 10:00～17:00

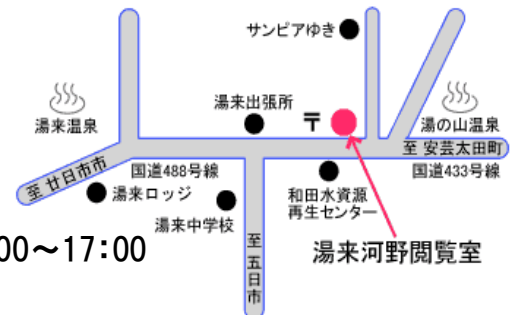
休館日：10月13日、19日、26日、11月2日、4日

共催 広島市湯来西公民館

広島市佐伯区湯来町大字多田2712

広島市佐伯区役所厚生部健康長寿課

広島市佐伯区海老園1丁目4-5



※お申込みに際してお伺いした個人情報については、目的以外に使用いたしません。