

平成 24 年 10 月 17 日 (水) 13:30~15:00 会場 高長集会所

健康教室を開催しました。



保健師 吉迫 裕子先生

健康運動士 梅田 真由美先生



安北学区公衛協主催の「健康教室」が開催され、50名の参加者がありました。吉迫先生から「介護予防について」ユーモアたっぷりに聞いた後、梅田先生の指導で「転倒予防体操」を体験しました。日頃の運動不足を痛切に感じながらもしっかりと体を動かして心地よい汗を流しました。



安北学区 公衛協
三川 会長 挨拶

平成二十四年度
安北学区公衆衛生推進協議会
健康教室
演題
「介護予防について」
講師 保健師 吉迫裕子 先生
「元氣じゃけん体操」実技
講師 健康運動士 梅田真由美先生