

令和 6 年 5 月 10 日提出

## 令和 6 年度諫早市運動普及推進員協議会総会

標記について、次のとおりお知らせします。

日 時	令和 6 年 5 月 23 日(木) 13 時 30 分～16 時 00 分
場 所	小野ふれあい会館 多目的ホール
内 容	<p>◆内容:諫早市運動普及推進員協議会の総会</p> <p>1.開会式 (1)会長挨拶 (2)来賓祝辞 (3)来賓紹介</p> <p>2.議事</p> <p>3.グループワーク</p> <p>◆諫早市運動普及推進員協議会は、諫早市健康増進計画(健康いさはや 21)に基づき、健康づくりのための運動を普及することを通して、健康な地域づくりを推進する活動を行っています。主な活動は下記のとおりです。</p> <p>○市民ウォーキング教室</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・月 2～3 回開催。5～6km程度のウォーキング(市内 7 地域のコース)</li><li>※コースは季節に応じて設定</li></ul> <p>○ニュースポーツ教室</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・月 1 回開催。グラウンドゴルフ(眼鏡橋前広場)とペタンク(健康福祉センター)を交互に開催。</li></ul> <p>○のんのこ体操教室</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・月 2 回開催。のんのこ節に合わせてステップを踏む体操(市内 4 カ所)</li></ul> <p>○のんのこ 21 サーキット</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・月 2～4 回程度開催。有酸素運動と筋力運動を組み合わせた体操(市内 7 カ所)</li></ul> <p>報道関係者の皆様へ(取材申込)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・取材を希望される場合は、5月 17 日(金)までに下記問い合わせ先へお申し込み下さい。</li><li>・取材の際は、開会式のみお願いします。</li></ul>
問い合わせ先	諫早市運動普及推進員協議会事務局 諫早市健康保険部健康推進課 担当:上瀧 電話番号:0957-22-1500(内線:3318) E-mail:kenkou@city.isahaya.nagasaki.jp
担当課	同上
備 考 (記事解禁日等)	