

公園で運動教室(全2回)

対象者:健康上問題のない市民
定員:30名程度

公園に設置している健康遊具の使用方法や効果的な運動方法などを学ぶ教室です。

【健康遊具とは】

北九州市では、屋外で行える健康づくり活動の拠点の一つとして、公園の健康遊具に着目しました。リハビリテーション専門家や遊具メーカーの協力のもと、高齢者等の健康づくりに効果的な健康遊具を開発し、設置しています。



教室番号	場所	日程
こ一①	夜宮公園 忠霊塔付近 (戸畑区夜宮1丁目1番)	10月9日・16日 ※雨天延期の場合の予備日:10月23日
		木曜日 10:00~12:00

申込期間

令和7年8月27日(水)~9月19日(金) ※郵送の場合は消印有効

申込方法

電子申請・メール・FAX・はがき

【電子申請の場合】

電子申請はこちらから



【メール・FAX の場合】

※メールアドレス、FAX番号の入力に誤りがないよう確認のうえ
送信してください。

メールアドレス:ho-ninchi@city.kitakyushu.lg.jp

FAX 番号:093-522-8773

件名:公園で運動教室

内容:①郵便番号・住所

②氏名(フリガナ)・年齢

③電話番号

【はがきの場合】

宛名面

〒802-8560
小倉北区馬借1-7-1
認知症支援・ 介護予防センター 「公園で健康づくり」担当

内容面

1. こ一①
2. 郵便番号・住所
3. 名前(フリガナ)
4. 年齢
5. 電話番号

【申込み】 北九州市認知症支援・介護予防センター「公園で健康づくり」担当
〒802-8560 小倉北区馬借1丁目7番1号

【問合せ】 特定非営利活動法人 北九州スポーツクラブ連絡会
TEL:093-883-8350