

令和8年6月23日
北九州市戸畑区役所
天籟寺市民センター

報道機関 各位

ご存じですか？

北九州市生まれの健康体操 「ひまわり^{タイチー}太極拳」講座開催！

ひまわり^{タイチー}太極拳は、北九州市が介護予防や健康づくりを目的に考案したオリジナルの介護予防太極拳です。太極拳のゆったりとした動きを取り入れており、無理なく全身を動かすことで、筋力やバランス能力の維持向上が期待できます。

天籟寺市民センターでは、地域の皆さんがいつまでも元気に暮らせることを目指し、ひまわり^{タイチー}太極拳体験講座を開催します。

ぜひ、取材方よろしくお願ひいたします。

記

- 1 日時 令和8年 7月 7日 (火) 13時30分～15時30分
- 2 場所 天籟寺市民センター (戸畑区夜宮二丁目4番15号)



【お問い合わせ】

天籟寺市民センター(担当：安井)

TEL 093-881-1028

FAX 093-881-1028