

ウォーキング講座 参加者募集

ピラティスで一生歩ける体にリメイクする

日時：令和8年6月18日、7月16日、8月20日

いずれも木曜 10時～11時30分

1回のみを受講も可能です。

会場：太子町保健福祉会館(老原102-1)

内容：理学療法士兼ピラティスインストラクターによる

ウォーキングの講義と実践

定員：30名程度

※動きやすい服装と靴で
お越してください。
※飲み物・汗拭きタオルなどは、
各自でご用意ください。

太子100日チャレン
ジ！（歩数記録事業）

登録申請受付中

詳しくは

さわやか健康課まで



各回定員になり次第、申込を締め切ります。

申込方法：さわやか健康課へ、電話・FAX・メール又は直接窓口

必要事項：住所・氏名・電話番号

太子町さわやか健康課（保健福祉会館内）

TEL：276-6630 FAX：276-6631



主催：太子町 共催：太子町健康づくり推進協議会