

一緒に「ちょこっと」体を動かしませんか

よしだ

ち

よ

こ

っ

と

運動教室

<日時>

令和8年

3月14日(土)

9:00~11:30

<場所>

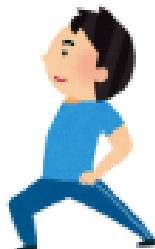
吉田町
総合体育館

<講師>

健康運動指導士・管理栄養士
飯田はづきさん

ちょこっと

体力測定



効果的な

ウォーキング



簡単

ストレッチ



<申込み>

右の二次元コード、または電話(TEL 32-7000)で健康づくり課へお申し込みください。



定員(25名)になり次第締め切らせていただきます

吉田町健康づくり課