



# 楽しいホームヨーガ

日時・会場

1	5月18日(木)	19:00~20:30	牛津公民館 ホール
2	5月25日(木)	19:00~20:30	ドゥイング三日月 多目的ホール
3	6月10日(土)	8:00~9:30	牛津公民館 芝生広場(屋外)

6/10(土)雨天時は牛津公民館ホールで実施



“おぎ健康マイレージ”とは・・・

特定健診や各種がん検診(集団及び個別)の受診、健康づくり教室への参加、自分で取り組む健康づくりでもらえるシールを集めて、保健福祉センター入浴券などの利用券と交換し、健康づくりへの関心を高めてもらう取り組みです。市民の主体的な健康づくりを促し、健康の重要性を普及することを目的としています。

**あーも!くんのシールを集めて利用券をもらおう!!**

“健康マイレージ”に関するお問い合わせは、  
小城市健康増進課  
37 6106まで。

- 対 象 小城市在住の成人の方向け
- 参 加 費 無 料
- 募 集 人 員 40名程度

**申込み期限：上記各日程の1週間前まで**

お持ちいただくもの： タオル 飲み物 ヨガマット  
内容は初心者向けのものとなっております。  
動きやすい服装でお越しください。

6月10日(土)は朝8時から屋外(芝生の上)での開催となります。

申込み・お問い合わせ 牛津公民館 LINE@

牛津公民館	37-6143
三日月公民館	72-1616
芦刈公民館	37-6140
小城公民館	73-3215

  
**是非ご登録を!!**

ヨガマットの貸し出しはありません。お持ちでない方はバスタオル等の代用品をもってきてください。