

健康チャレンジポイント事業の対象イベント（12月分）

	実施日(曜日) 時間	イベント名	内容	場所	問合せ先 (担当者名・電話番号)
1	12月1日(月) 10:00～13:00	Aブロック栄養の学習会	調理実習	働く婦人の家	健康づくり課 58-2838
2	12月1日(月) 10:00～11:30	秋田県認知症早期対応整備促進事業  「聞こえのチェック+脳の健康度しませんか？」	秋田大学高齢者医療先端研究センターと協力し、「耳の聞こえやすさ(聴力)」と「認知機能」との関係について調査を行います。 聴力と認知機能、フレイルの検査を行います。	能代ふれあいプラザ・サンピノ	長寿いきがい課 89-5355
3	12月1日(月) 13:30～15:00			能代ふれあいプラザ・サンピノ	長寿いきがい課 89-5355
4	12月3日(水) 19:00～20:00	健康運動教室	フィットネスダンス・ZUMBA	NODENアリーナ	健康づくり課 58-2838
5	12月4日(木) 9:30～13:00	常盤地区栄養の学習会	調理実習	常盤地域センター	健康づくり課 58-2838
6	12月4日(木) 10:00～13:00	浅内地区栄養の学習会	調理実習	南地域センター	健康づくり課 58-2838
7	12月4日(木) 19:00～20:00	二ツ井市民学校講座 メンズヨガ教室	健康増進や男性の地域交流の場を提供	二ツ井公民館 和室	二ツ井公民館 73-2590
8	12月8日(月) 10:00～13:00	向能代地区栄養の学習会	調理実習	向能代地域センター	健康づくり課 58-2838
9	12月9日(火) 13:30～14:30	B・C・柿地区合同学習会	運動学習	青少年ホーム	健康づくり課 58-2838
10	12月10日(水) 10:00～13:00	檜山・扇沢地区栄養の学習会	調理実習	扇沢地域センター	健康づくり課 58-2838
11	12月11日(木) 10:00～12:00	二ツ井地域健康教室	栄養学習・調理実習 「(タイトル未定)」	二ツ井公民館	市民福祉課 73-5500
12	12月12日(金) 18:30～20:00	健康運動教室	筋肉トレーニング(マシン)	NODENアリーナ	健康づくり課 58-2838
13	毎週火曜日 10:00～11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室	槐・四日市集会所	長寿いきがい課 89-5355
14	毎週火曜日 10:00～11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室	鶴形公民館	長寿いきがい課 89-5355
15	毎週火曜日(12/9まで) 10:00～15:00	筋肉元気教室	介護予防教室	二ツ井総合体育館	長寿いきがい課 89-5355

	実施日(曜日) 時間	イベント名	内容	場所	問合せ先 (担当者名・電話番号)
16	毎週水曜日 10:00～11:30	はつらつ教室	介護予防教室	特養しののめ	長寿いきがい課 89-5355
17	毎週木曜日 9:30～11:30	はつらつ教室	介護予防教室	能代ふれあいプラザ・サンピノ	長寿いきがい課 89-5355
18	毎週木曜日 10:00～11:30	はつらつ教室	介護予防教室	南部公民館 東部公民館 鶴形公民館 大内田会館 母体会館 浅内自治会館 芝童森住宅集会所	長寿いきがい課 89-5355
19	毎月金曜日 13:00	運動器機能向上教室	介護予防教室	総合体育館	長寿いきがい課 89-5355