

健康チャレンジポイント事業の対象イベント（5月）

	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	5月6日(火) 7:30~8:00	北高跡地ラジオ体操会	スポーツ推進委員によるラジオ体操指導	能代北高跡地	総合政策課 89-2142
2	5月6日(火) 8:10~8:40	北高跡地いすヨガ教室	指導員によるヨガ教室	能代北高跡地	総合政策課 89-2142
3	5月8日(木) 13:30~15:00	認知症サポーター養成講座	認知症サポーター養成講座の開催	市役所会議室1	長寿いきがい課 89-5355
4	5月14日(水) 10:00~11:30	フレイルチェック測定会	体成分分析装置で測定、健康相談実施	東部公民館	市民保険課 89-2159
5	5月15日(木) 10:00~11:30	フレイルチェック測定会	体成分分析装置で測定、健康相談実施	特養しののめ	市民保険課 89-2159
6	5月中 12:15~13:30	街なかごみゼロウォーキング	クリーンアップ及び食後の運動	各所から畠町新拠点まで	中心市街地活性化室 89-1414
7	毎週月曜日 10:00~11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室教室	芝童森住宅集会所	長寿いきがい課 89-5355
8	毎週火曜日 10:00~11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室教室	未定	長寿いきがい課 89-5355
9	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
10	毎週木曜日 9:30~11:30	はつらつ教室	介護予防教室	サンピノ	長寿いきがい課 89-5355
11	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	長寿いきがい課 89-5355
12	毎週木曜日 10:00~11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室教室	特養しののめ	長寿いきがい課 89-5355
13	4月26日(土) ~11月3日(月)	道の駅ふたつい プチカヌー	道の駅二ツ井周辺の 米代川でカヌー体験	米代川	二ツ井町観光協会 73-5075
14	4月26日(土) ~11月3日(月)	カヌー2Kmツーリング	道の駅ふたついから 2Km上流からカヌー で川下り	米代川	二ツ井町観光協会 73-5075
15	4月26日(土) ~11月3日(月)	カヌー5Kmツーリング	道の駅ふたついから 5Km上流からカヌー で川下り	米代川	二ツ井町観光協会 73-5075