

健康チャレンジポイント事業の対象イベント（9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	9月3日(水) 15:00～16:30	公益社団法人 能代法人会 特別講演会	講師による講演会	プラザ都	公益社団法人 能代法人会 54-8351
2	9月6日(土) 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
3	9月6日(土) 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
4	9月6日(土) 9:00～12:00	のしろ歩け歩け大会	能代市街地のウォーキング	能代市役所さくら庭、能代市街地	生涯学習・スポーツ振興課 73-3221
5	9月6日(土) 10:00～15:00	まちなか青空フェスタ 2025inけやき公園	けやき公園での健康企画、マルシェ(ヨガ、軽スポーツ(ツリークライミング))	けやき公園	中心市街地活性化室 89-1414
6	9月8日(月)～ 13:30～16:00	健康づくり人材育成事業「健康万福塾」	がん予防の講座	市役所本庁舎、他	健康づくり課 58-2838
7	9月11日(木) 10:00-11:30	1.2.1.2ウォーキング(扇淵)	ウォーキング	工業団地コース	健康づくり課 58-2838
8	9月11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2	長寿いきがい課 89-5355
9	9月16日(火) 10:00～12:00	認知症カフェ(ほっとカフェ)	認知症や予防について交流を通し学びます	能代ふれあいプラザ・サンピノ	長寿いきがい課 89-5355
10	9月18日(木) 9:30-11:00	1.2.1.2ウォーキング(柏子所コース)	ウォーキング	南部公民館集合	健康づくり課 58-2838
11	9月18日(木) 13:30～16:00	浅内地区健康教室	心の健康づくり「レジンのキーホルダー作り」	南部公民館	健康づくり課 58-2838
12	9月24日(水) 19:00～20:00	健康運動教室	エアロビクス	NODENアリーナ(能代市総合体育館)	健康づくり課 58-2838
13	9月25日(木) 13:30-16:00	Aブロック健康教室	心の健康づくり「ハンドベル」	サンピノ	健康づくり課 58-2838
14	9月30日(火) 14:00～15:15	健康運動教室	ヨガ(初心者向け)	二ツ井総合体育館	健康づくり課 58-2838
15	毎週月・水曜日 13:00	運動器機能向上教室	介護予防教室	渡部整骨院内	長寿いきがい課 89-5355
16	毎週火曜日 10:00～11:00	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)
17	毎週火曜日 10:00～11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室	松美町自治会館	長寿いきがい課 89-5355
18	毎週火曜日 10:00～11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室	大内田会館	長寿いきがい課 89-5355
19	毎週火曜日 11:00～12:00	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
20	毎週火・木曜日 13:00	運動器機能向上教室	介護予防教室	総合体育館 研修室	長寿いきがい課 89-5355
21	毎週火曜日 14:00～15:00	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
22	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
23	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
24	毎週木曜日 10:00	運動器機能向上教室	介護予防教室	デイハウス ふあり	長寿いきがい課 89-5355
25	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 芝童森住宅集会所	長寿いきがい課 89-5355
26	毎週木曜日 10:00～11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室	特養しののめ	長寿いきがい課 89-5355
27	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
28	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
29	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