

鹿嶋市まちづくり出前講座

からだの健康づくり講座 受講者募集

5年後、10年後も自分の足でワクワクする場所へ。
いつまでも若々しくいたい自分のために。
プロが教える『きほんの健康づくり』を学ぼう！

- 【日 時】 令和8年7月15日(水)
10時30分～11時30分(受付10時10分～)
- 【講 師】 鹿嶋市保健センター
保健師 上坊 優 氏
- 【場 所】 豊郷公民館 会議室
- 【参加対象】 郷ちゃんクラブ会員・豊郷地区住民
- 【定 員】 先着20名
- 【内 容】 生活習慣病の予防などについての正しい知識の習得。
※身体を動かす講座ではありません。
- 【持 ち 物】 筆記用具・飲み物 ※熱中症予防のため、飲み物をご持参ください。
- 【申込方法】 窓口またはお電話・下記QRコードからお申し込みください。
- 【連絡先】 豊郷公民館 0299-82-7246
※開館時間 9時00分～17時00分(月曜日休館)
- 【申込締切】 令和8年7月8日(水) 16時00分まで



↑QRコード
はこちら

～郷ちゃんクラブ会員募集中～

郷ちゃんクラブとは？

年5回、教養文化や物作り体験などを学ぶ、大人の学習クラブです。

詳しくは、豊郷公民館までお問い合わせください。



※次のことについて、予めご了承ください。

- 風邪症状があるなど、体調が悪いときの参加はおひかえください。
- 状況により、内容の変更または中止になる場合もあります。
- 職員が撮影した写真は事業記録や広報紙、SNSやホームページのために使用することがあります。