

(報道発表資料)



令和6年9月25日
京都市東山区役所
〔健康長寿推進課〕
電話 075-561-9128

令和6年度 東山医師会健康まつり ～ウォーキング準備のための簡単健康体操～ の参加者募集

東山区役所では、中長期的なまちづくりの指針である「東山・まち・みらい計画2025」の下、健康づくりに取り組める環境整備を進め、区民の皆様の健康寿命の延伸を目指しています。

この度、東山医師会との協働の下、東山医師会健康まつりを開催します。

1 日時

令和6年10月31日(木) 午後2時～3時30分
(午後1時30分 受付開始)

2 場所

東山区総合庁舎北館3階 大会議室
(〒605-8511 東山区清水5丁目130-6)

3 内容

プラスせんぼを目指した健康運動ウォーキングのための、簡単健康体操の実践
講師 医療法人医仁会武田総合病院 健康運動指導士 今井 優 先生

4 主催等

主催：東山医師会
共催：東山区役所(健康長寿推進課)
東山保健協議会連合会
協力：東山区シニアクラブ連合会
東山区社会福祉協議会

5 対象

東山区在住・在勤で、医師から運動制限をされていない方

6 定員

30名(先着順)

7 参加費

無料

(次頁あり)

8 持ち物等

汗拭きタオル、飲み物

簡単な運動に適した服装、靴でお越しください。

9 申込方法

10月21日（月）から10月30日（水）までに東山区役所保健福祉センター健康長寿推進課へ電話（075-561-9128）、FAX（075-531-2869）又は窓口にてお申込みください。（受付時間：平日午前9時～午後5時）