

南区健康づくりサポーター 健康チャレンジャーみなみ〜ず

スタンプラリー
対象イベント



別館体操

懐かしいの曲で
ラジオ体操や
体操♪



自由参加・無料

毎月第2月曜日

(※祝日を除く)

午前10時～1時間程度

南区役所別館1階ロビーにて

こんにちは！南区健康づくりサポーター「健康チャレンジャーみなみ〜ず」です！
私たちは、「みなみ区でなかよく体を動かしてみ〜んな元気でずっと続けよう♪」
を合言葉に、地域の方々の健康づくりをサポートしています。

地域のイベントや南区内の公園等施設で定期的に健康体操を行っています。
みなみ〜ず独自の「手話入り体操」も参加者から「楽しい！」と大好評☆
別館体操に参加して、私たちと一緒に楽しく健康づくりしませんか？



主催：南区健康づくりサポーター 健康チャレンジャーみなみ〜ず
後援：南区役所保健福祉センター 健康長寿推進課 健康長寿推進担当
(075) 681-3573