

## 8月 活動予定の健康づくりリーダー活動・イベント一覧

活動予定日	講座・イベント名	開催場所	時間	
令和5年 8月	1日(火)	体力づくり講座	元気プラザ	
	8日(火)			
	15日(火)			
	22日(火)			
	2日(水)	体力づくり講座 (健康C&C in 西部市民センター)	西部市民センター	10:00~11:30
	9日(水)	運動講座	横内市民センター	10:00~11:30
	23日(水)			
	10日(木)	中央地区ロコトレ講座	県民福祉プラザ	10:00~11:30
	10日(木)	油川地区健康づくり講座	油川市民センター	10:00~11:30
	10日(木)	戸山地区健康講座	戸山市民センター	10:00~12:00
	24日(木)			
31日(木)				
16日(水)	三内・西滝地区体力づくり講座	三内丸山市民館	10:00~11:15	
16日(水)	東部市民センター体力づくり教室	東部市民センター	13:30~15:00	

## 8月 活動予定のその他イベント一覧

活動予定日	講座・イベント名	開催/集合場所	時間/備考
令和5年 8月	健康C&C In 駅前スクエア	駅前庁舎1階	10:00~15:00 (14:30 受付終了)
	地区合同ミーティング (沖館市民センター会場)	沖館市民センター	10:00~11:30
	地区合同ミーティング (アピオあおもり会場)	アピオあおもり	14:00~15:30

※いずれの講座も、定員を設け事前申込制としております。

既に定員に達している講座につきましても、活動中のイベントとして掲載しておりますのでご了承ください。

【問合せ先】青森市保健所 健康づくり推進課 健康寿命対策室 (TEL:017-718-2912)