

健康フェアのご案内

参加無料
要予約

問 健康福祉課 国保年金係 (7)8番窓口 Tel65-3008

日時 8月31日(月) 13時～15時30分

人数 30名程度 ※8月21日(金)までに電話
でお申し込みください。

場所 地域福祉センター 2階大ホール

13時▶受付開始

13時～14時▶各種測定会

- ・ 血圧測定
- ・ ベジチェック
- ・ 骨密度測定
- ・ Inbody 測定
- ・ 血管年齢測定



Inbody とは筋肉量や体脂肪率、
骨を丈夫にするミネラル量などの体組成分析
ができます。この機会にぜひお試しください！

14時～15時▶運動教室

「リズムに乗って有酸素運動♪
～簡単エアロビックスダンス～」

講師：神内 義博 氏
かみうち よしひろ

※当日は動きやすい服装でヨガマット（貸出可）、
水分補給できるもの、タオルをご持参ください。

15時～15時30分▶栄養教室

「骨を守るカギは腎臓にあり～骨と腎臓の関係～」

講師：健康福祉課 管理栄養士

10月～8月
追加募集

ソフトヨーガ・エアロビクス教室のご案内

問 健康福祉課 国保年金係 (7)8番窓口 Tel65-3008

教室名	時間	曜日	場所
ソフトヨーガ教室（夜部門）	19時15分～20時30分	火曜日（年間20回）	湯浅えき蔵 3階 地域交流センター
ソフトヨーガ教室（昼部門）	16時15分～17時15分	木曜日（年間20回）	
エアロビクス教室	15時～16時	木曜日（年間20回）	

参加費 各教室1クール 1,000円（後日納付書を送付します）
※ヨガマット・ボール等は実費購入

申込方法 電子申請または来庁 ※電話受付不可。
※来庁申し込みの場合はご本人が来庁ください。
メールアドレスの受信確認を行います。

注意事項 教室参加者は、年度内に1度、町が実施する特定
健診またはがん検診を受けていただきます。

申込期限

8月31日(月)
※定員になり次第終了

電子申請用
フォームは
こちら▶



健康推進員を募集します

問 健康福祉課 保健子ども係 (8)9番窓口 Tel65-3008

健康推進員は、和歌山県の健康推進員活動事業として平成26年度より活動しています。町が推薦し、県が行う養成講習会を受講した方々で、湯浅町では現在67名が健康推進員として登録しています。

活動の内容は、家族や知り合い等、周囲の人々へのがん検診・特定健診の受診勧奨、健康づくり事業のサポートや健診案内のチラシ配布等で、湯浅町の健康づくり・健康増進のためにサポートするボランティアです。

興味関心のある方はぜひご連絡ください。

令和8年度健康推進員養成講習会

日時 9月18日(金)
13時10分～16時40分（受付12時30分～）

場所 湯浅保健所 2階大会議室
（湯浅町湯浅 2355 - 1）