

## 令和4（2022）年度「健康長寿とちぎづくり推進月間」における取組の概要

### ◆市町の取組

No.	事業名	主催者	実施期日			実施時間	実施場所	内 容	対象者	掲載HPのURL	問い合わせ先			掲載可否
			月	日	曜日						団体名等	担当課	電話番号	
1	からだスッキリ教室（運動編）	野木町 健康福祉課	10	3	（月）	開始 8 : 30 終了 17 : 15	ひまわり館	メタボリック予防を目的に、運動指導の講師による講話と自宅でできる運動の実技	住民	無	野木町	健康福祉課 健康増進係	0280-57-4171	可
2	健康タウンのぎ 健康講演会	野木町 健康福祉課	10	30	（日）	開始 8 : 30 終了 17 : 15	野木町役場 新館2階大 会議室	町内の医師が「withコロナ～日常で気を付けること～」の健康講演会を行う。	住民 （定員50名 程度）	無	野木町	健康福祉課 健康増進係	0280-57-4171	可
3	健康タウンのぎ 運動教室	野木町 健康福祉課	10	30	（日）	開始 8 : 30 終了 17 : 15	町武道館	運動指導の講師から日常生活で行える運動や正しい歩き方について学び、コロナ禍での運動の機会が減少したことによるフレイルを予防する。	住民（先着 30名）	無	野木町	健康福祉課 健康増進係	0280-57-4171	可