

家 族

平成5年11月1日 都留市国民健康保健

平成5年度

第15回 健康まつり

◆体力測定 10:00～12:30

◆生活診断 10:00～12:30

◆展 示 10:00～15:30

◆ジャンケン大会 15:00～15:30

と き 11月23日(祝日)
10:00～15:30

ところ 文化会館(YLO)

・ 講演会 ・

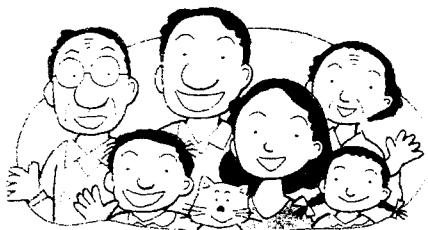
13:00～15:00

楽しみながらできる 私の満点健康法

☆講師プロフィール

ラジオ体操指導者 武蔵野女子短期大学講師
NHKテレビでおなじみの愉快な健康体操指導家
昭和24年 北海道生まれ
日本体育大学卒。「クイズ百点満点」では、指を使ったユーモラスな体操を考案し、大学生に大人気。ラジオ体操の指導者としてもおなじみ。
著書「体操ハンドブック」、「あそびのカレンダー」
「満点運動あそび」

講 師 輪 島 直 幸 氏



健康はかけがえのない財産です。毎日コツコツと蓄財に励みましょう

主 催 都 留 市
都留市健康づくり推進協議会
後 援 都留市国保運営協議会 都留市自治会連合会
都留医師会 都留市老人クラブ連合会
都留歯科医師会 都留市米消費拡大推進協議会
都留業業会 大月保健所健康づくり保健事業協議会
都留市愛育連合会 都留市栄養改善推進委員会