

報道関係者 各位

令和6年2月9日
岩沼市政策部総合戦略課

運動体験会で健康な体づくり！

市民への効果的な運動方法の普及のため、月1回公開講座を実施し、活動をしている「スマイルヘルスサポーター」「元気サポーター」が初コラボし、運動体験会を開催します。当日はストレッチやリズム体操などの運動の他、保健師によるミニ講話、握力測定なども実施します。

ぜひ、取材にお越しいただければと思います。

【日時】 2月16日（金） 14時～15時30分

【場所】 勤労者活動センター 多目的室

【内容】 ①握力測定

②保健師によるミニ講話

③運動の体験（ストレッチ、筋トレ、リズム体操等）



岩沼市マスコットキャラクター

岩沼係長

【問合せ】

岩沼市 健康福祉部 健康増進課 半沢・小池・大橋

電話：0223-23-0794

メール：hokenshi@city.iwanuma.miyagi.jp