

令和7年度 運動教室開催日

てくてくポイント
対象の教室です！



てくてくポイントを貯めているけどポイントが足りない…！そんなときは、町の運動教室に参加してポイントを貯めましょう！

教室名	日にち	時間	広報 掲載月	申込みについて	ポイント	場所
オープン参加！格闘技エクササイズ教室	1回目 6月12日(木)	14:00~15:30	5月号	当日受付(申込不要)	各日50 ポイント	町民体育館
	2回目 6月26日(木)					町民体育館
オープン参加！バレトンストretch教室	1回目 7月9日(水)	14:00~15:30	5月号	当日受付(申込不要)	各日50 ポイント	町民体育館
	2回目 7月23日(水)					町民体育館
ロコモ予防教室 (2日間1コース)	1日目 7月30日(水)	9:30~11:00	7月号	申込み開始 7月24日(木)~	各日50 ポイント	保健センター
	2日目 8月8日(金)					保健センター
オープン参加！スローエアロビ教室	1回目 8月7日(木)	14:00~15:30	5月号	当日受付(申込不要)	各日50 ポイント	町民体育館
	2回目 8月21日(木)					町民体育館
ムーブストレッチ教室 (2日間1コース)	1日目 9月8日(月)	14:00~15:30	8月号	申込み開始 8月15日(金)~	各日50 ポイント	保健センター
	2日目 9月22日(月)					保健センター
モビリティアップ教室 (2日間1コース)	1日目 10月17日(金)	9:30~11:00	9月号	申込み開始 9月16日(火)~	各日50 ポイント	町民体育館
	2日目 10月31日(金)					町民体育館
毎日コツコツ貯筋教室 (2日間1コース)	1日目 11月14日(金)	9:30~11:00	10月号	申込み開始 10月15日(水)~	各日50 ポイント	町民体育館
	2日目 11月28日(金)					町民体育館
からだぽかぽかヨガ教室 (2日間1コース)	1日目 12月8日(月)	10:00~11:30	11月号	申込み開始 11月17日(月)~	各日50 ポイント	保健センター
	2日目 12月15日(月)					保健センター
体幹UP！ピラティス教室 (2日間1コース)	令和8年 1月21日(水)	9:30~11:00	12月号	申込み開始 12月15日(月)~	各日50 ポイント	保健センター
	令和8年 1月28日(水)					保健センター

※詳しい内容は広報おうらをご覧ください。また、申込開始時間は9時です。

< 申込み・問合せ先 >

邑楽町保健センター(健康づくり課)

電話番号:0276-88-553



令和7年度 健康教室開催日

てくてくポイント
対象の教室です！



てくてくポイントを貯めているけどポイントが足りない…！そんなときは、町の健康教室に参加してポイントを貯めましょう！

教室名	日にち	時間	広報 掲載月	申込みについて	ポイント	場所
おやこの食育教室	令和7年 8月 5日(火)	9:30~13:00	7月号	申込み開始 7月25日(金)~	50 ポイント	保健センター
防災クッキング教室	令和7年 9月 4日(木)	9:30~13:00	8月号	申込み開始 8月19日(火)~	50 ポイント	保健センター
高血圧予防教室	令和7年 9月30日(火)	9:30~13:00	9月号	申込み開始 9月16日(火)~	50 ポイント	保健センター
生涯骨太クッキング	令和7年11月 6日(木)	9:30~13:00	10月号	申込み開始 10月21日(火)~	50 ポイント	保健センター
シニア元気料理教室	令和7年12月 2日(火)	9:30~13:00	11月号	申込み開始 11月17日(月)~	50 ポイント	保健センター
郷土料理教室	令和8年 1月15日(木)	9:30~13:00	12月号	申込み開始 12月22日(月)~	50 ポイント	長柄公民館

※詳しい内容は広報おうらをご覧ください。また、申込開始時間は9時です。
変更になる場合もあります。

< 申込み・問合せ先 >

邑楽町保健センター(健康づくり課)

電話番号:0276-88-5533

