



# 桜の会



日時	場所	内容	持ち物
4/12 (水) 10:00~12:00	鳥取東保健センター (国府町総合支所内)	◆桜ウォーキング (雨天の場合:ポッチャ)	・帽子 ・タオル・お茶
6/7 (水) 10:00~12:00	鳥取東保健センター (国府町総合支所内)	◆グラウンドゴルフ ※集合場所は鳥取東保健センターです。 鳥取東保健センター隣のいなば公園で行う予定です。	・帽子 ・タオル・お茶
8/2 (水) 10:00~12:00	鳥取東保健センター (国府町総合支所内)	◆栄養士講話	
9/6 (水) 10:00~12:00	鳥取東保健センター (国府町総合支所内)	◆ニュースポーツ (内容は検討中)	・タオル・お茶
11/6 (月) 10:00~12:00	国府町コミュニティセンター	◆紅葉ウォーキング (糖尿病予防教室と合同開催) ※集合場所は国府町コミュニティセンターです。ご注意ください。	・帽子 ・タオル・お茶
12/6 (水) 10:00~12:00	鳥取東保健センター (国府町総合支所内)	◆寒い時期にできる運動の実施 (運動指導士)	・タオル・お茶
R6 2/7 (水) 10:00~12:00	鳥取東保健センター (国府町総合支所内)	◆歯科衛生士講話	
3/6 (水) 10:00~12:00	鳥取東保健センター (国府町総合支所内)	◆保健師講話・来年度年間計画について	

\*日時・内容が変更する場合があります。その際にご連絡します。

\*開始前の体温測定と健康チェックへのご協力をお願いします。

\*持病のある方もおられます。可能な範囲でマスクの着用をお願いします。

### 【来た人からすること】

机・椅子の準備  
 血圧計の準備・測定  
 出席簿に○をつけ、記録する

### 《連絡先》

鳥取東保健センター  
 電話 30-8659