






八雲町主催の健康教室

まると元気運動教室			
対象者	介護保険サービスの利用がなく、会場まで自力で来ることができる65歳以上の方。		
会場	(八雲) (落部)	シルバープラザ スポーツホール 落部レクリエーションセンター	
時間帯	(八雲) (落部)	14:30～16:00 12:45～14:15	
内容	保健師による血圧測定・問診のあと、 健康運動指導士と一緒に楽しみながら体と頭を 動かす運動を行います。 毎週火曜日、月額利用料 1,000円です。		
申し込み	保健福祉課 包括支援係		0137-65-5001

サラサラ血液めざそう会			
対象者	おおむね40歳以上で、生活習慣を見直したい方。		
会場	シルバープラザ		
時間帯	下記連絡先までお問い合わせください		
内容	保健師による体調確認、栄養士による栄養学習、 運動指導などを行います。参加費は無料です。 12月～翌年2月までの全10回となります。		
申し込み	保健福祉課 健康推進係		0137-64-2111

  
 八雲町主催の文化教室  


遊楽部学園			
対象者	町内在住の高齢者		
会 場	公民館		
日 程	4月～3月 全20回程度予定		
内 容	町内の高齢者が教養や趣味を身に着けることにより、生きがいを創造する。学習活動・軽スポーツ・町内外研修・ボランティア活動・異世代交流等		
申し込み	社会教育課 社会教育係		0137-63-3131

茜学級			
対象者	町内在住の女性（成人者）		
会 場	公民館		
日 程	6月～3月 全15回程度予定		
内 容	学習活動や趣味活動の取り組みをとおして仲間づくりをすすめるとともに、住みよい地域づくりにむけて地域や家庭で女性が果たす役割について考える。体験活動・学習活動・スポーツ・交流活動・ボランティア活動・町内外イベント協力等		
申し込み	社会教育課 社会教育係		0137-63-3131