

温泉健幸教室

～温泉を活用した湯中運動教室～

湯中運動は関節への負担が少ないことから運動不足の人や、生活習慣病予防におすすめです。ぜひこの機会にご参加ください！

日時 ① 10月12日(金) 10:00～11:30
② 10月26日(金) 10:00～11:30

※どちらか1回のみ参加も可能です。

場所 北浜温泉テルマス(京町)

内容 湯中運動(ストレッチなど)、生活習慣病予防の講話

対象 40歳～74歳の別府市民で、生活習慣の改善を目指す人

参加費 1回につき510円(施設使用料)

持ち物 水着(有料で貸し出しあり)、タオル、飲み物

申込方法 ①、②ともに3日前までに電話で下記へ申込み。

申・問 市健康づくり推進課
☎ 21-1117



健康にぎわいイベント 温研を採検

「温研」として長年親しまれてきた九州大学病院別府病院をより身近に感じていただくための病院敷地内の採検や、理学療法士による有効なストレッチ指導などを企画しています。当日は日頃開放されていない病院内の温泉に入浴でき、別府八湯温泉道の1日限定スタンプも登場します！

日時 10月27日(土) 9:00～12:00(8:30～受付)

場所 九州大学病院別府病院(荘園) 参加費 無料

申込方法 10月15日(月)までに下記窓口に参加申込書を提出(郵送、メール、FAX可)。

※応募者多数の場合は抽選。

※参加申込書は下記窓口で配布しています(市ホームページからもダウンロードできます)。

※当日は動きやすい服装で、水分補給のための飲み物とタオルをお持ちください。

申・問 市福祉政策課(市役所1階)

〒874-8511 別府市上野口町1番15号

☎ 21-1003 FAX 22-2366

✉ wep-hw@city.beppu.lg.jp

お誕生日おめでとう! すくすく1さい (10月生まれ) <>内は誕生日です

 生魚 真菜 ちゃん (小倉) (1日)	 仲村 日々仁 くん (山の手町) (1日)	 川又 まなか ちゃん (鶴見) (2日)	 藤川 楓子 ちゃん (上田の湯町) (2日)	 山本 公大 くん (東荘園) (2日)	 安達 駿 くん (火売) (4日)	 小石 紗椰 ちゃん (中須賀本町) (4日)
 橋本 陸叶 くん (鶴見) (4日)	 井 義人 くん (石垣東7丁目) (6日)	 大橋 あつき ちゃん (南立石板地町) (6日)	 佐藤 友月 ちゃん (竹の内) (8日)	 山岸 璃愛 ちゃん (上仲町) (8日)	 清水 彩葉 ちゃん (古市町) (10日)	 荒金 大智 くん (石垣西10丁目) (12日)
 吉田 旺太郎 くん (龍川東町) (13日)	 山滝 絆愛 ちゃん (扇山) (14日)	 戸口 稜也 くん (北鉄輪) (15日)	 諸富 千依 ちゃん (石垣西4丁目) (16日)	 伊藤 羽琉 ちゃん (平田町) (17日)	 藤近 芽依 ちゃん (扇山) (17日)	 廣瀬 陸 くん (青山町) (19日)
 白須 明日香 ちゃん (馬場) (20日)	 渡辺 悠月 くん (石垣東8丁目) (20日)	 志水 祐月 くん (鉄輪東) (21日)	 古賀 奏汰 くん (南荘園町) (23日)	 山下 陽菜乃 ちゃん (竹の内) (28日)	 佐藤 さくと くん (浜町) (31日)	 ©Team Beppuon

《すくすく1さい応募要項》11月号締切 10月9日(火) 写真の裏に住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号を記入して、秘書広報課まで(郵送・Eメールで応募する場合は事前にご連絡を)期限厳守をお願いします。

※紙面の都合で、応募者全員を掲載できない場合もあります。

このページはウェブ版市報にも掲載します。

【〒874-8511 別府市秘書広報課 ☎ 21-1111 内線 2233、2234 ✉ sec-ma@city.beppu.lg.jp】

