



ひがしかぐら 健康くらぶ通信

平成30年10月15日発行 NO.7

図書館横のいちようがきれいに色付く季節となりましたが、皆様いかがお過ごしですか？
10月8日体育の日にチャレンジデーとのコラボ企画で、ひじり野地区を回遊するウォークラリーを実施しました。歩くことで、いつもとは、違う風景を感じることができるのかなと思います。ちょっとそこまで車で！ではなく、たまには、歩いてみませんか。何かいいことが、あるかな？ないかな？

～三澤コンシェルジュによる～ ひめトレエクササイズetc...♪ 健康運動教室

いつも大好評の三澤コンシェルジュによる健康運動教室を開催します！

別添のチラシをご参照いただき、お申込みをお願いします。

今年もいよいよ始まります！ ソプラティコ運動教室

10月25日（木）は、お試しレッスン開催します。無料でご参加いただけます！

別添のチラシをご参照いただき、ソプラティコに直接、お申込みをお願いします。

バーチャル歩数イベント始まります！ みんなで登ろう♪富士山編

みなさんの投票で決定した富士山編。
11月16日スタートです！！ゴールした方には、健幸ポイント300P差し上げます。

チャレンジデー×健康くらぶ ウォークラリー実施しました！

台風の影響もなく無事に、ウォークラリーを実施することができました。今年は、昨年度の2倍の168名の方々に参加いただきました。ありがとうございました！秋のチャレンジデーの結果は、参加率東神楽町26.1%、鷹栖町40.3%、愛別町50.5%で第3位でした。来年こそ、第1位に輝けるよう、健康くらぶもがんばります！よろしくをお願いします。

