



賀茂地域協議会



ノルディックウォーク講習会

平成26年10月3日(金)午後7時よりトレーニングセンターで中部医師会立 三朝温泉病院理学療法士 伊藤 準氏 (JWA 公認ウォーキング指導員) にお越しいただきノルディックウォーク講習会を開催しました。

当日は、体脂肪率や、骨密度の測定会も開催され、フットケアトレーナーの方に靴の選び方、履き方、ウォーキング前後のフットケアの方法等の指導もしていただきました。



帽子の忘れ物があります。お心当たりのある方は、賀茂公民館までご連絡ください。



笑いで健康講習会&料理教室を開催しました。



賀茂公民館の使用は、三朝町総合文化ホール(43-3512)あるいは賀茂地域協議会(43-1875)に電話等で必ず申し込んでください。

鍵の受け渡しは当日、役場宿直室で行ってください。(事務局：石田)

使用後は、きちんと片付け、ゴミの持ち帰りにもご協力ください。鍵の返却は役場宿直室へ。

E-Mail : kamo@town.misasa.tottori.jp