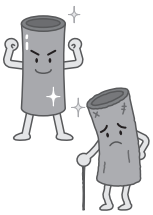
松阪市社会福祉協議会嬉野支所 × カーブス

みんなの居場所づくり事業　第１弾

嬉野地区にお住まいの方へお知らせ

うれたまごカフェ特別イベント

からだの健康度チェック



会場：嬉野社会福祉センター

体力づくり、健康づくり、美姿勢などを目指す方!!

ふだん自分では分からない項目を測れます！

健康ミニ講座付き♪

- ◆血管年齢測定
- ◆脂肪燃焼力チェック
- ◆筋肉量チェック
- ◆姿勢バランスチェック

開催日

10月5日(水)・6日(木)

予約制 お電話にてご予約ください

開催時間

1日目 10月5日（水）※各時間帯 3名様まで

12:30 / 13:10 / 13:50 / 14:30

2日目 10月6日（木）※各時間帯 4名様まで

9:00 / 9:40 / 10:20 / 11:00

13:00 / 13:40 / 14:20 / 15:00 / 15:40

対象 どなたでも参加可能です!!

↑詳しい地図はこちら!!

住所：
〒515-2323
三重県松阪市
嬉野権現前町423-9

参加費 **無料**

申込締め切り 9月22日(木)

ご予約・お問合せ　★お気軽にお電話ください★

松阪市社会福祉協議会嬉野支所
（8:30～17:15 土日･祝祭日を除く）

TEL:0598-42-2718

★10月5日(水)は うれたまごカフェ もやってます!!

チェックの前後でぜひお立ち寄りください！　【時間】11:00～14:00

カーブスとは…

全国2000店舗以上展開している女性専用の30分健康体操教室です。
現在は男性専用のメンズ・カーブスも全国に12店舗展開しており、
2022年8月9日にメンズ・カーブス 松阪パワーセンターをオープンしました。

社会福祉協議会 × カーブス

カーブスは**正しい運動習慣を広めることを通じて、世の中の人々の豊かな人生と社会問題の解決を実現する**ことを使命に事業を行っております。
社会福祉協議会様と一緒に健康増進のイベントを通して、
多くの方に健康で豊かな人生のきっかけ作りが出来ればと思い、
このような取り組みを全国で行っております。

昨年11月の「東松山市 × カーブス」の健康イベントでは、約200名の方にご来場いただきました。

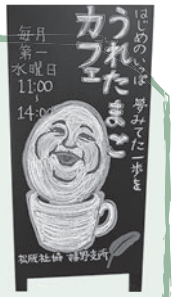


感染症予防対策を徹底しています



新型コロナウィルス感染予防対策に十分な配慮をして開催いたしますが、
場合によっては、日程の変更・中止になることがございます。

みんなの居場所づくり事業　うれたまごカフェ



みなさんの憩いの場・交流の場・気軽に寄れる場としてぜひお寄りください！
よりたくさんの方にカフェをご利用いただくため、
今後もさまざまなイベントを実施していきます。

とき：毎月第一水曜日　11:00～14:00
※祝日休み
場所：嬉野社会福祉センター
内容：飲料の提供（セルフサービス式）



～『うれたまごカフェ』の由来～
うれしのと卵をプラス。
始めの一歩で夢のある卵。
うれしいたまご。

うれたまごカフェは皆さんからお寄せいただいた「赤い羽根共同募金」を活用しています



感染予防対策の徹底のため、マスク着用と手指消毒にご協力ください。
1週間以内に、発熱、風邪症状のあった方は参加をお控えください。

