

2020 4/21(水) ~ 7/29(水)

× 夕ホ"回"避

1000日 4ヶ月 カレニ ヲ!! !!

夕ホ"回"避
1000日
4ヶ月

1000歩

夕ホの活動量計で
毎日 8000歩



体組成計
で"体型"管理



毎1回
健康推進
イベント

毎日
三三三
西口信



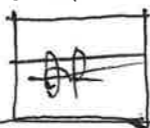
参加費
2000円
(夕ホ活動量計含む)

参加条件

- 20~64才である
- 健康が"未だた"と思える方

申込方法

裏面に"ご記入の上 Faxで送信"
又左の ~~ARコード~~ ~~QRコード~~ を申請用紙に
"ご記入の上 送信"



お申し込み先

一般社団法人長岡青年会議所
F.Y.C.長岡委員会

長岡市 三和3丁目 23-15

Fax 0258-34-0395

tel 0258-34-0069



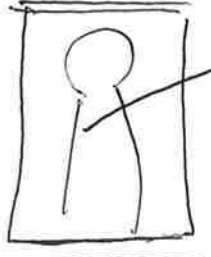
JCI

長岡市 委員会 公開の場
その場での価値の向上

夕ホ-健康月
夜流木-VA (4/20
19:00-21:00)

内容

○○○○○
○○○○○
○○○○○
○○○○○
○○○○○
○○○○○
○○○○○



新潟大学

久野謙也
教授

伊崎
正博

以前
45分以内

共催 長岡市

後援 (-社) 地域活性化
健康推進センター

- ・ 木村三太郎 一ノ
- ・ 三浦ノブ