

(様式1)



山口市

報道資料

令和8年5月8日

1 件名	山口市保健センター×山口市立中央図書館コラボ教室 「図書館で学ぶウォーキング教室～緑であふれた中央公園を歩こう～」 のご案内
2 日時	令和8年5月15日(金) 10:30～12:00(開場10時)
3 場所	山口情報芸術センター(YCAM) 2階スタジオB (市立中央図書館併設)
4 内容	<p>市保健センターと中央図書館のコラボ教室です。効果的で正しいウォーキング方法を学び、中央公園をウォーキングします。</p> <p>■内容：健康に効果的な歩き方に関する講義と実技 (※雨天時は、講義と実技を屋内で行います。)</p> <p>■講師：健康運動指導士 澄川 絵里奈 氏</p> <p>■定員：30名(要申込)</p> <p>■参加費：50円(保険料を含む)</p> <p>■持ち物：タオル、水分補給用の飲み物、筆記用具</p> <p>■服装：歩きやすい服装と靴、帽子</p> <p>■申込：4月15日(水)～5月14日(木)に、山口市健康増進課に電話または、 こちら(https://logoform.jp/form/XCim/1433033) から</p> <p>～企画展示の紹介～ 教室に合わせて中央図書館では、4月15日(水)から5月15日(金)まで、「身体を動かして健康を手に入れよう」をテーマにした展示と、関連図書の紹介を行います。本の貸し出しも可能です。</p>
5 問い合わせ	山口市保健センター(山口市健康増進課 健康づくり担当) 田中翔子 TEL 083-921-2666 / 内線 4142 FAX 083-921-2672 E-mail kenko@city.yamaguchi.lg.jp

図書館で学ぶウォーキング教室

～緑であふれた中央公園を歩こう～

5/15
(金)

10:30～12:00 (開場10:00)

山口情報芸術センター2階 スタジオB

効果的で正しいウォーキング方法を学び、中央公園をウォーキングしませんか？(※雨天時は、講義と実技を屋内で行います。)

講師 澄川 絵里奈 先生 (健康運動指導士)

定員 30名 (要予約)

参加費 50円 (保険料を含む)

服装 歩きやすい服装と靴、帽子

持ち物 タオル、筆記用具、
水分補給用の飲み物



【申込み・問い合わせ】

申込み期限 **5/14 (木)**

山口市保健センター (健康増進課)
電話 (083-921-2666) または、
下の二次元コードから！



～企画展示紹介～

中央図書館では、4/15 (水)～5/15 (金) まで

「身体を動かして健康を手に入れよう」をテーマとした展示と、
関連図書の紹介を行います。図書の貸し出しも可能です。