

全4回の
婚活イベント

参加費
800円

男女
各15名

健康 de 幸せ

健コン

～健康づくり婚活イベント～

交流

出会い

学び



参加者交流
エクササイズ
シナプソロジー

運動体験
・ヨガ風ストレッチ
・シェイプアップ
ボクササイズ 等

クッキング体験
作って楽しい、
美味しい食事

主催：沼津市健康づくり課

申込み方法
内容詳細は
裏面へ

対象

市内在住・在勤の20～49歳の独身男女
※申込多数の場合は抽選

原則、全回
参加できる人

内容

4回コース

1 10/25 健康度測定&運動体験
サンウェルぬまづ4階
・参加者交流エクササイズ
・ヨガ風ストレッチ、体幹トレーニング

2 11/8 運動体験
サンウェルぬまづ4階
・市の婚活事業や縁結び隊の活動
紹介（政策企画課）
・ボールピラティス等

3 11/22 クッキング体験
沼津市保健センター調理室
・バランスのよい食事
・グループで交流しながらクッキング

4 12/6 健康度測定&運動体験
サンウェルぬまづ4階
・参加者交流エクササイズ
・シェイプアップボクササイズ等

いずれも水曜日 19:30～20:50（受付 19:00～）

申込方法

メールまたはFAXにて必要事項を記入の上、お申込みください。

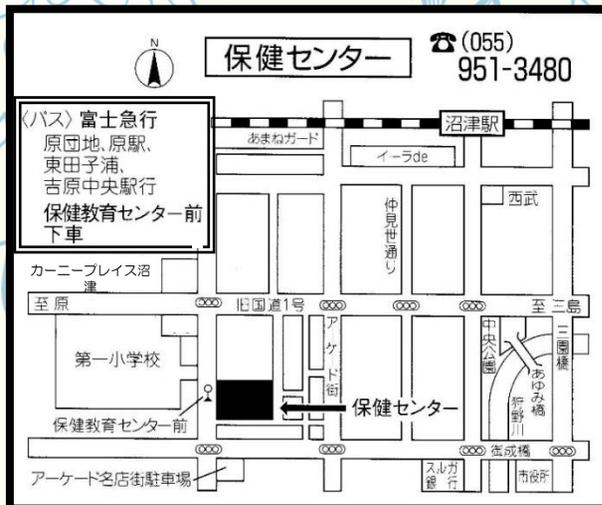
【必要事項：下記6項目】

- ・講座名『健コン』
- ・氏名
- ・生年月日
- ・郵便番号、住所
- ・電話、FAX番号
- ・会場までの交通手段

サンウェルぬまづ（ぬまづ健康福祉プラザ）
沼津市日の出町1-15



沼津市保健センター（11/22のみ）
沼津市八幡町97



お申込み・お問い合わせは
沼津市健康づくり課（沼津市保健センター）

TEL 055-951-3480

FAX 055-951-5444

MAIL kenkou@city.numazu.lg.jp



申込期限

平成29年9月29日（金）
必着

◆お申込み後、1週間以内に返信がない場合はお問い合わせください。