

自然に運動習慣が身につく！

参加者募集

令和7年度

脂肪とれとれ教室

- ✓ 運動経験があまりない方
- ✓ 体重を落としたい方
- ✓ 筋肉をつけたい方



毎週通うのが
楽しみです！

委託先 カラダラボ



講師：高木駿先生

参加費

無料

申し込み方法は
広報11月号で
お知らせ

日程

12月～2月
毎週 火曜日
午後

対象

おおむね
40～74歳

三豊市健康課

☎ 0875-73-3014

FAX 0875-73-3020