



みやき健幸大学

健幸スタンプラリー
対象事業

令和8年度前期受講生募集

5/8(金) 9:00 ~
申込受付開始



健幸で長生きの
コツを一緒に
学びましょう!



人をつくり、時代を拓く。

福岡大学



人へ、地域へ、そして世界へ。

久留米大学



国立大学法人

佐賀大学



募集対象

60歳以上のみやき町民の方

募集人員

50名

スケジュール

測定会 6月8日(月)
採血・体組成測定
開校式 6月11日(木)
以降、令和8年6月~10月
原則毎週月・水曜日 午後
(1時限あたり50分×2時限)
※祝日を除く

場所

市村清記念
メディカルコミュニティセンター

受講料

2,000円
(教材費込み)

申込開始

5月8日(金) 9:00~
お電話でお申込みください♪

申込・問い合わせ先

みやき町役場
メディカルコミュニティ推進課
電話 0942-89-6320

🌿 講座内容

脳・心臓の病気(認知症、脳・心筋梗塞、不整脈など)、糖尿病、ひざ・肩の関節痛、食事と栄養、お薬の飲み方、脳機能トレーニング、ジムでの運動プログラムなどについて楽しく学びます!
1時限あたり50分、原則として毎週月・水曜日に2時限ずつ行います。



● 病気の予防について

(心臓・脳・関節・糖尿病・心の健康など)
鳥栖三養基医師会 福岡大学
佐賀大学 久留米大学

● 脳機能向上講座

KUMON (クモン)

● 運動機能改善教室

MIYAKI GYM (ミヤキジム)

筋力向上を図るため、マシンを使って身体を動かします。

※転倒リスクが高いと判断した場合は、個別のメニューに変更する場合があります。

● 歯とお口の健康について

三養基・鳥栖地区歯科医師会

● 遺産相続・悪徳商法対策について

司法書士法人 州都綜合法務事務所



他にも多数の講座をご用意しています



医療法人 幸伸会

みやき
統合医療クリニック



SINCE 1910



堺
整骨院
Professional Group
for Physical
since 1989



株式会社 州都相続センター
SHUTO SUCCESSION CENTER Co.Ltd



認定NPO法人 きゃんどるハート

🌿 健幸大学修了生からの声

- 充実した講座内容で、今後に生かしていきたい。
- 食事が偏らないように内容に気をつけるようになった。
- 運動意欲が出てきて、よく散歩をするようになった。
- 参加することで一日のメリハリができた。
- 多くの人たちに出会えてうれしかった。
- 人と話す機会が多くなり、楽しみが増えた。
- 外出の日数が増え、笑う回数が増えた。
- 気持ちが前向きになった。