

# 美郷



## 操体法で心も体も リフレッシュ

— 操体法同好会の皆さん —

おはきははの美しい方向に体を動かす、肩こりや腰痛を  
とるのにも効果がある運動法です

美郷町健康センターでは毎月1回、操体法教室を開催して  
います。皆さんも操体法で心と体をリフレッシュさせてあげたい  
人吧。毎月の開催日は広報紙裏面のカレンダー一巻をご覧ください。

4月6日から  
早朝総合健診がはじまります P 2

平成24年度当初予算の概要  
まちづくり戦略プロジェクト P 10

千畑中・六郷中・仙南中  
最後の卒業式 P 16

