

ひらしん健康ステーション イベント

8

2026年
令和8年

月

●=午前

月

火

水

木

金

3

●エクササイズ教室

4

●フィットネス

5

●エクササイズ教室

6

税務相談

7

●エクササイズ教室
枚方市栄養相談

10

●エクササイズ教室

11

定休日

12

●エクササイズ教室

13

14

●エクササイズ教室

17

●エクササイズ教室

18

●フィットネス

19

●エクササイズ教室
枚方市健康・栄養相談

20

フラワーアレンジメント

21

●エクササイズ教室

24

9月申込受付開始日

25

●フィットネス

26

●エクササイズ教室
野菜販売

27

姿勢講座

28

●エクササイズ教室

8月26日(水)~28日(金) 骨密度測定実施

31

●エクササイズ教室

オンライン健康体操のお知らせ

月曜 10:00~11:00 エクササイズ教室

火曜 10:00~11:00 フィットネス教室

水曜 10:00~11:00 エクササイズ教室

金曜 10:00~11:00 エクササイズ教室

令和8年4月からエクササイズ教室の時刻が変更となっています。お間違いないようお願いいたします。



ひらしん健康ステーションの

LINE公式

アカウントができました!

毎月のイベントスケジュールや
キャンペーンのご案内の他、
健康測定やイベントの
ご予約ができます!

是非ご登録
ください!

参加を希望される方は、
電話、LINEまたは
来店申込となります。

枚方信用金庫 地方創生推進部

TEL 072-841-1177(代表)
072-894-9910(直通)

平日
10~12時
まで

2026年6月30日





8月 お気軽にご参加ください



6
(木)

相談会

先着順・1人30分

10:00~12:00

税務のお困りごとは ありませんか？

女性税理士がお答えします



講師：中川恵子税理士

7
(金)

相談会

先着順・1人60分

10:15~13:00

枚方市 栄養相談

管理栄養士が生活習慣病予防などの
食事の相談に応じます

※申込は
枚方市健康づくり課
(072-841-1458)へ
ご連絡ください

講師：枚方市 健康福祉部 健康づくり課

19
(水)

相談会

先着順・1人30分

10:15~13:00

枚方市 健康相談

保健師が健診結果の見方や健康づくり
などの相談に応じます

※申込は
枚方市健康づくり課
(072-841-1458)へ
ご連絡ください

講師：枚方市 健康福祉部 健康づくり課

19
(水)

相談会

先着順・1人60分

10:15~13:00

枚方市 栄養相談

管理栄養士が生活習慣病予防などの
食事の相談に応じます

※申込は
枚方市健康づくり課
(072-841-1458)へ
ご連絡ください

講師：枚方市 健康福祉部 健康づくり課

20
(木)

ワークショップ

定員10名

10:30~12:00

ボタンフルールの フラワーアレンジメント

2,500円(税込)

講師：フラワーアトリエ 仁



26
(水)

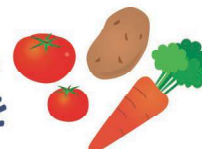
野菜販売

場所：正面入口付近

9:45~11:45

枚方市シルバー人材センターの 農園で収穫された野菜の販売を 実施いたします！

実施：公益社団法人 枚方市シルバー人材センター



27
(木)

姿勢講座

定員10名

10:00~10:45

姿勢のプロが『ひざの痛み』について お伝えします

講師：KCSセンター枚方院 院長 朝長 明日香 様

27
(木)

姿勢体験会

先着順・1人15分

11:00~13:00

姿勢ゆがみ体験会

15分1,000円(税込)

講師：KCSセンター枚方院 院長 朝長 明日香 様



骨密度測定機器を 設置します！

設置期間

8月26日(水)~28日(金)

この機会に是非骨密度を測定してみませんか？

※測定はご予約優先となります。ご予約を希望される場合は
ご連絡もしくは職員までお声がけください。



ひらしん健康ステーションからのお知らせ

エクササイズ、フィットネスの申込方法について(抽選制)

【8月のスケジュール抽選時期】

1次(カウンター内側)

申込 7月21日(火)10:00~7月22日(水)12:00

結果発表 7月23日(木)

2次(カウンター外側)

申込 7月23日(木)10:00~7月24日(金)12:00

結果発表 7月27日(月)

【申込方法】

①LINEより申込

②来店にて申込

③電話(☎072-894-9910)にて申込

①で申し込んだお客様にはLINEにて
結果通知が届きます。②、③で申し込んだ
お客様にはお電話にて抽選結果を
ご連絡させていただきます。

※その他のイベント予約は従来通り先着順となります。※8月のスケジュールは7月21日(火)10:00より申込受付開始いたします。

※健康測定について、混雑解消のためご予約優先といたします。ご予約を希望される場合は、ご連絡もしくは職員までお声がけください。

どなたでも
無料でご利用
いただけます

健康な身体づくりを
はじめませんか？

ひらしん健康ステーション

～健康はしあわせの源～

『ひらしん健康ステーション』とは…

血圧・血管年齢・体力の測定だけでなく、
「健康」をテーマにした各種ミニ講座などを開催します！
皆さまも、この機会に健康な身体作りに挑戦してみませんか？

オンラインで 健康体操！



座ったままで出来る
簡単な体操を
オンラインで一緒にやりながら、
運動を楽しみます。



血圧測定 血管年齢



血管年齢を
測定できます！



認知症予防に
役立つ取り組みも
行っています！

ミニ講座



分かりやすく解説！



終活・相続セミナー等

ハンドメイドなど



ワークショップ

体操やミニ講座の
イベントスケジュールは
ホームページの**新着情報**を
ご確認ください！



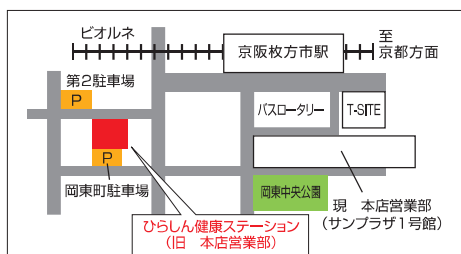
ひらしん
ホームページ



ひらしんに口座がなくても無料でご利用いただけます！
一緒に健康づくりに取り組みましょう！！



地域の皆さまの健康増進を応援するため、
『ひらしん健康ステーション』を
オープンしました！



お気軽にご来店ください

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

「ひらしん健康ステーション」

場所 枚方信用金庫
(旧)本店営業部
枚方市岡東町14番36号

電話 072-841-1177 (代表)
072-894-9910 (直通)

平日
10時～12時



あなたとともに あなたののために
枚方信用金庫

これらの測定器が
無料で使えます!



どなたでも
測定できます

各種測定器

健康
チェック
してみよう

上腕式血圧計で
血圧 測定



アフラックミラーで
肌年齢 測定



InBody で
筋力 測定



血管年齢機器
血管年齢 測定

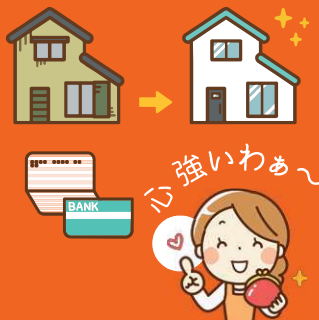


ほかに

近居・住み替え促進事業

巡リズム®

暮らしや住まい、
お金に関するご相談の
受付をしています。



くつろぎタイム

ドリンクサーバー

お友達との
ティータイムにも
ご利用ください♪
・お茶 ・コーヒー ・紅茶
など

無料



ひらしんは、地域の連携事業者とのネットワークで
お客様のお悩みをつなぐ・つなげる・つながるで
解決します。ご相談は無料でご利用できます。
詳しくは、ひらしん本支店、または地方創生推進部
へお気軽にご相談ください。

地方創生推進部

☎ 072-841-1177(代表)

☎ 072-894-9910(直通)

