

地域で 運動グループをつくろう！

～専門職員がしっかりサポートします！～

【期 間】

実施コース（毎週実施の教室です）		曜日・時間
① 令和2年4月～6月	3ヶ月	火～土曜日のいずれか 午前(10:00～11:15) または 午後(14:00～15:15)
② 令和2年7月～9月		

※土曜午後は②コースのみとなります

※①～②のコースでご希望の曜日、時間をお選びください。

（第3希望まで可。第2希望や第3希望で当選になる場合があります。）

※上記以外の時期・頻度をご希望の場合はご相談ください。

【対 象】 市内在住の65歳以上で介護保険の認定を受けておらず、
地域住民を主体とした運動グループでの活動を希望する15人以上の団体

【会 場】 地域の公民館や公会堂など（みなさんでご準備ください）

【持 ち 物】 飲み物、タオル、筆記用具、必要ならばメガネ
会場によっては、マットやバスタオルなどの敷物

【申込期間】 令和2年1月31日(金)まで

【申込方法】 電話か窓口にて受付

1月31日（金）までに参加者名簿を提出してください

初参加団体優先・教室終了後も継続して活動を希望する団体優先・

応募多数の場合抽選となります

団体でのお申込みに限ります



申し込み・問い合わせ

多くのグループをサポートしています。
ぜひお問い合わせください！

くらしき健康福祉プラザ 2階 介護予防事業

〒710-0834 倉敷市笹沖 180 番地

☎086-434-9861 FAX 086-434-9884

（火～土曜日 8:30～17:15 祝日除く）

ホームページ

くらしき健康福祉プラザ 介護予防事業

検索