

はつらつ健康教室

「はつらつ健康教室」は、介護予防に関する講義と機械を使用した筋力トレーニングを行う教室です。教室を通して、健康づくりをしましょう。

介護予防や健康づくりに興味のある方、ご参加をおまちしております。

参加費
200 円/回

募集対象 市内在住65歳以上の方

募集人数 各回10名

実施場所 富里市南部地域包括支援センター
(富里市立沢新田192-3)

CSK シニアハウス
(富里市日吉倉13-8)

日 時 裏面をご覧ください

※なお、CSK シニアハウスで参加をされる方は、新型コロナウイルスワクチン3回接種が終了している方に限らせていただきます。ご了承ください。

〈問い合わせ・申込み〉

富里市高齢者福祉課 TEL0476-93-4981(直通)

～お申込みは参加希望日の2週間前までをお願いいたします。～

※新型コロナウイルス感染症拡大のため中止となる場合があります。



日程

※お1人様下記日程より1回までのご参加とさせていただきます。
お申し込みは参加希望日の2週間前までにお願いいたします。

• 富里市南部地域包括支援センター

9時30分～11時30分

6月…8日、10日、22日、24日

7月…6日、8日、20日、22日

27日、29日

• CSK シニアハウス 14時～16時

6月…1日、3日、15日、17日、29日

7月…1日、13日、15日

8月…3日、5日



ご参加の際は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、感染症対策へのご協力をお願いいたします。