

体験版!

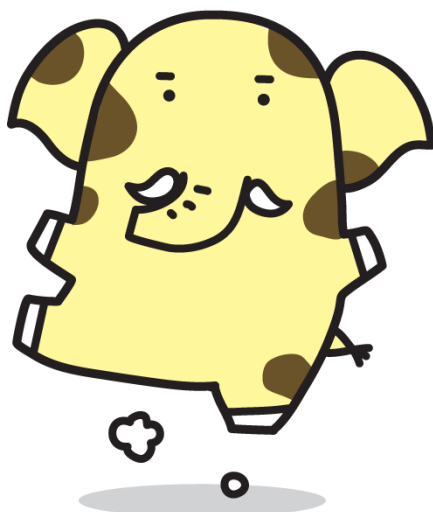
健康ぷらす教室

(介護予防教室)

5/31(水)
第二老人福祉
センター
(元気の里)

6/22(木)
新座市民会館

7/6(木)
老人福祉
センター
(えがおの里)



【実施時間】
9:30～11:30

【対象】
市内在住の
65歳以上の方
(要介護1～5の認定を
受けていない方)

【定員】
各会場30名(抽選)
1会場のみ参加可能

健康ぷらす教室とは…

日々の生活にぷらすできる
体操や脳トレを学べる
1回完結型の教室です!

申込締切

5月17日(水)

※申込締切を過ぎて定員に達していない場合は、先着順で受付

申込方法

裏面をご確認ください。

主催

新座市介護保険課

運営事務局

シンコースポーツ(株)
健康づくり事業部

体験版!

健康ぷらす教室

(介護予防教室)

申込方法

第2希望の会場までお申し込み可能です。

◆電話 または 窓口

介護保険課介護予防係 048-424-5186 (直通)

受付時間 8:30~17:15 (土日祝日を除く)

◆電子申請

必要事項を入力し、お申し込みください。

市ホームページからは、「健康ぷらす教室」で検索!



▲電子申請システムはこちらから

実施内容

健康体操、脳トレ、健康講話など、2時間のプログラム

抽選結果

5月24日(水)前後に申込者全員に通知を郵送します。

ご案内

健康ぷらす教室は、「健康長寿ポイント事業」の対象です!

～健康長寿ポイント事業とは～

対象事業や指定の取組などに参加した方にポイントを差し上げ、集めたポイント数に応じて記念品と交換できる事業です。

