

65

歳以上の方
参加者募集

いつまでも元気に生活が送れるよう、各種運動を通して
楽しく健康づくり、介護予防、認知症予防にとりくみましょう！



さらに 元気アップ教室

参加しよう、始めよう、筋力の維持と健康増進

令和6年

合計 17 回開催予定

6月13日(木)

令和7年

3月13日(木)

主な活動種目

筋力・能力アップのための体操
各種レクリエーション
・スポーツ



日程 毎月2回木曜日 ※祝日により変動有

時間 午後 1:30~3:30

場所 川西町農村環境改善センター

参加料 毎月 500 円

参加申し込み・問い合わせ

6月3日(月)まで下記に申し込み下さい。

川西町民総合体育館 (担当：江藤)

0238-46-2277

Fax 46-2276



対 象：要介護認定を受けていない
65歳以上の一般男女

定 員：20人

※別途、初回に年間スポーツ安全保険料1人1,000円

※送迎希望の方は往復500円

き り と り

「さらに元気アップ教室」参加申込書

ふりがな 氏 名		生年月日	年	月	日
住 所	〒 川西町大字	<input type="checkbox"/> 送迎を希望する	電 話	()	()