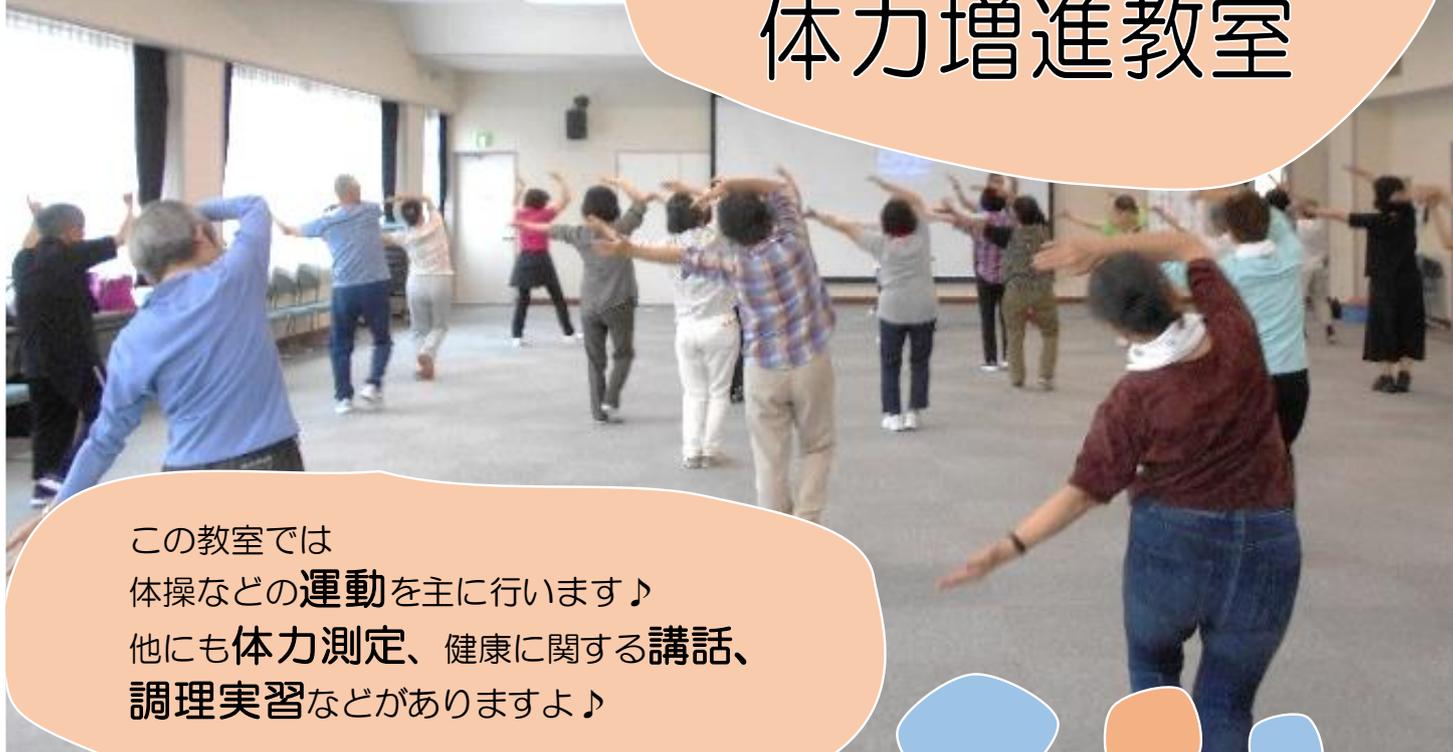


参加者募集中

R6年度 高齢者健康づくり 体力増進教室



この教室では
体操などの**運動**を主に行います♪
他にも**体力測定**、健康に関する**講話**、
調理実習などがありますよ♪

日時

令和6年**5月30日**から
令和7年**3月13日**までの
毎週**木曜日**（全40回）
おおむね 10:00~11:30

場所

金沢健康プラザ大手町 東館4階
（金沢市大手町3番21号）
※参加者用の駐車場はありません。



対象

令和6年4月1日現在
65歳以上の**金沢市民**
（昭和34年4月1日以前生まれ）
※詳しくは裏面をチェック

定員

40名
応募多数の場合は抽選
（5月初旬頃に全員に通知します）

費用

5,000円
保険料、資料代、食材費等

いかなる理由であっても、お支払い後の
参加費用の返金はできませんので
あらかじめご了承ください。



申込方法や受付期間、お問合せは
裏面をチェック!



R6年度 高齢者健康づくり体力増進教室申込用紙

[受付期間] 令和6年4月2日(火)～4月23日(火) ※消印有効

参加条件について（以下の項目すべてにチェックが付いた方のみ申し込みます）

<input type="checkbox"/>	令和6年4月1日現在 <u>65歳以上</u> の金沢市民である（昭和34年4月1日以前生まれ）
<input type="checkbox"/>	運動を行うことができる （治療中の場合は主治医の運動許可を得ている）
<input type="checkbox"/>	高齢者健康づくり体力増進教室には初めての参加である
<input type="checkbox"/>	現時点で、すべての回に出席することができる

フリガナ			
氏名			
生年月日	年 月 日	年齢	歳
住所	〒		
電話番号			

<申し込み方法>

申込用紙をご記入後は下記に郵送かFAX、もしくはご持参ください。

（FAXで申込みの方は念のためご一報ください）

※電話での申し込みはできません

お問合せ先

公益財団法人 金沢健康福祉財団
 〒920-0912
 金沢市大手町3番23号
 金沢健康プラザ大手町 西館2階
 TEL：076-222-0102
 FAX：076-222-4366
 （平日 8:30～17:00）

