



5月 「寄ってこや」



はつらつセンターで健康づくり♪

【日程】 7日・14日・21日・28日 ※すべて木曜日

【時間】 10時00分～11時30分

全4回(20名)

【持ち物】 水分・タオル・動きやすい服装・室内履き

【参加条件】 65歳以上で原則介護保険サービスを利用していない湖西市民

【申込期間】 4月7日(火)13時～4月14日(火)17時 ※申込多数の場合抽選

【申込方法】

- ・チラシの二次元コードまたは4月7日(火)12時に配信する高齢者向けLINEから
- ・二次元コードからの申し込みができない方は、申込期間内にはつらつセンターへ
(電話申込不可)

【抽選結果の発表】

- ・「介護予防教室申込カード」をお持ちの方
→高齢者向けLINE(市ウェブサイト)・はつらつセンターで
4月21日(火)13時～ カードNo.で発表
- ・カード未発行の方
→4月21日(火)以降、個別連絡

申込はこちら↓



【申込上の注意】

- ・申込み後、やむをえず欠席される場合は、下記の連絡先までご連絡ください。
- ・開始2時間前時点で大雨警報・暴風警報・津波警報等が発令されている場合は中止します。
その他、諸事情により中止となる場合があります。
- ・体調がすぐれない方や、講師の指示に従うことのできない方は、参加を御遠慮ください。