

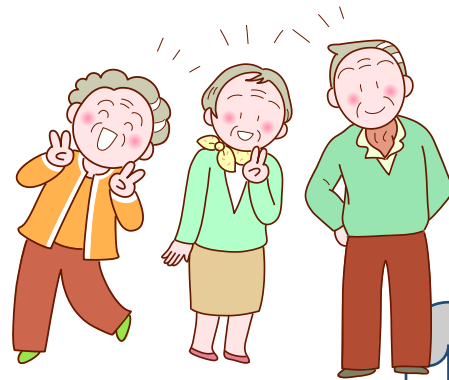


運動習慣の必要性は
わかっているけど、
自宅で続けるのは難しいし、
自粛で、筋力が落ちちゃった…

そんなあなたに朗報!!



30～45分 参加費無料
自宅の近くで基本的なストレッチ・筋ト
レ体操ができる「**地域交流ひろば**」
がありますよ!!



詳しい会場・日程などは

裏面「予定表」をご覧ください。

新型コロナウイルスの関係で事前申込制となります。

体操のCD又はDVDに合わせて、集まった皆様で、気軽におこなえます。
地域の中での「新しい交流の機会」となります。
職員は円滑に進むようお手伝いいたします。

地域交流ひろば予定表 * 令和4年6月分 *

《申込方法》

5月20日(金)までに、参加希望用紙に記入し下記へ①持参②郵送③FAXのいずれかでご提出ください。※電話での申込みはできません。

会場 番号	会 場	曜 日	時 間	実施予定日 ※(変更になる場合もございます)	定員数
1	安立園 (さんぼ道) 晴見町 1-11-2	月	10時00分～ 10時45分	6日・13日・20日	8人
2	中央文化センター 2階大広間 府中町2-25	火	9時45分～ 10時30分	21日・28日	15人
3			10時45分～ 11時30分	21日・28日	15人
4	安立園 (さんぼ道) 晴見町 1-11-2	火	13時45分～ 14時30分	21日・28日	8人
5			14時45分～ 15時30分	21日・28日	8人
6	安立園(新館) 晴見町 1-13-5	水	10時45分～ 11時30分	1日・8日・15日・22日・29日	8人
7	安立園(さんぼ道) 晴見町 1-11-2	水	14時00分～ 14時45分	1日・8日・22日・29日	8人
8	天神町四丁目 自治会公会堂 天神町 4-18	木	10時45分～ 11時30分	2日・9日・16日・23日・30日	8人
9	安立園(さんぼ道) 晴見町 1-11-2	木	14時00分～ 14時45分	2日・9日・16日・23日・30日	8人
10	中央文化センター 2階大広間 府中町2-25	金	9時45分～ 10時30分	3日・10日・24日	15人
11			10時45分～ 11時30分	3日・10日・24日	15人
12	安立園 (さんぼ道) 晴見町 1-11-2	金	13時45分～ 14時30分	3日・10日・17日・24日	8人
13			14時45分～ 15時30分	3日・10日・17日・24日	8人

《問い合わせ・申込先》

〒183-0057 府中市晴見町 1-11-2 ☎042-367-0550

府中市地域包括支援センター安立園 (FAX)042-367-0560

ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

地域交流ひろば 予定表 *令和4年6月分* 参加希望用紙

フリガナ		男 ・ 女	生年月日 (年齢)	大・昭	年	月	日
氏名					()	歳
住所	府中市 晴見町・府中町・幸町・寿町・天神町			電話番号 ()			

《参加希望を下記に記入お願いします》

1人、1ヶ所のみでの参加となりますが、第1希望・第2希望に○を記入してください。

No.	会 場	曜日	時 間	第1希望	第2希望
1	安立園 (さんぽ道)	月	10時00分~10時45分 (6/6、13、20)		
2	中央文化センター 2階大広間	火	9時45分~10時30分 (6/21、28)		
3			10時45分~11時30分 (6/21、28)		
4	安立園 (さんぽ道)	火	13時45分~14時30分 (6/21、28)		
5			14時45分~15時30分 (6/21、28)		
6	安立園 (新館)	水	10時45分~11時30分 (6/1、8、15、22、29)		
7	安立園 (さんぽ道)	水	14時00分~14時45分 (6/1、8、22、29)		
8	天神町四丁目 自治会公会堂	木	10時45分~11時30分 (6/2、9、16、23、30)		
9	安立園 (さんぽ道)	木	14時00分~14時45分 (6/2、9、16、23、30)		
10	中央文化センター 2階大広間	金	9時45分~10時30分 (6/3、10、24)		
11			10時45分~11時30分 (6/3、10、24)		
12	安立園 (さんぽ道)	金	13時45分~14時30分 (6/3、10、17、24)		
13			14時45分~15時30分 (6/3、10、17、24)		

希望人数が多数の場合は抽選とさせていただきます、個別にご連絡させていただきます。連絡がない場合は、第1希望通りでの参加となります。