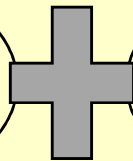


いこい元気広場 に参加しませんか？

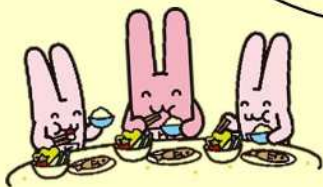
いこい元気広場では・・・

三二講座
(食事や健康づくり等)



健康体操

を実施しています♪



対象者

川崎市在住の**65歳以上**の方

※市内に住民登録がある方 ※医師から運動を禁止されていない方
※要介護1～5の認定を受けていない方

利用期間

6か月間

※定員状況により隔週実施やお待ちいただく可能性があります

日時

毎週1回（1回あたり90分）

費用

無料

持ち物

タオル・飲み物

参加方法

裏面の各教室の申込先にお電話ください。

定員

各教室20名



※過去にいこい元気広場に参加したことがある方は原則ご参加いただけません。

川崎市 いこい元気広場 実施曜日・時間一覧

(令和6年4月)

※いこい元気広場事業は川崎市の委託事業です。

	実施事業者／お問合せ先	教室名称	実施曜日・時間		実施事業者／お問合せ先	教室名称	実施曜日・時間	
川崎区	(株)セントラルスポーツプラザ 044-540-1082	担当 石山	大師	金 10:00~11:30	東京体育機器(株) 03-3625-6801	担当 坂藤 千鶴子	子母口	水 13:30~15:00
		藤崎	水 13:30~15:00	末長		金 13:30~15:00		
		殿町	木 10:00~11:30	梶ヶ谷		金 10:00~11:30		
	医療法人 啓和会 080-7944-8915	担当 清水京子	大島	火 10:00~11:30	(株)セントラルスポーツプラザ 044-540-1082	担当 石山	高津	火 10:00~11:30
			京町	金 10:00~11:30			上作延	金 13:30~15:00
			渡田	水 10:00~11:30			東高津	水 13:30~15:00
			かわさき老人福祉センター	火 13:30~15:00			くじ	月 10:00~11:30
			田島	水 10:00~11:30			有馬	月 13:15~14:45
			小田	木 10:00~11:30			野川	木 10:15~11:45
			桜本	金 13:00~14:30			宮前老人福祉センター	木 13:30~15:00
			健康クラブFit	水 13:00~14:30			平	火 10:15~11:45
			御幸	水 13:30~15:00			白幡台	水 10:15~11:45
			南河原	木 10:00~11:30			鷲ヶ峰	金 10:15~11:45
			日吉	月 10:00~11:30			南菅	火 13:30~15:00
幸区	(株)セントラルスポーツプラザ 044-540-1082	担当 石山	小倉	金 10:00~11:30	川崎YMCA 044-932-2031	担当 今村、赤井	菅	水 13:30~15:00
			下平間	金 13:30~15:00			錦ヶ丘	金 10:00~11:30
			古市場	火 10:00~11:30			栴形	水 10:00~11:30
			河原町の陽だまり	水 10:15~11:45			長尾	火 10:00~11:30
			ザバススポーツクラブ川崎	木 13:30~15:00			中野島	木 13:30~15:00
			中丸子	火 10:00~11:30			登戸	月 10:00~11:30
			丸子多摩川	火 10:00~11:30			川崎YMCA会館	金 13:30~15:00
			西加瀬	月 10:00~11:30			麻生	水 10:00~11:30
			井田	木 10:00~11:30			王禅寺	火 10:00~11:30
			ごうじ	水 10:00~11:30			白山	水 10:00~11:30
中原区	(株)セントラルスポーツプラザ 044-540-1082	担当 石山	新城	金 10:00~11:30	(株)セントラルスポーツプラザ 044-540-1082	担当 石山	岡上	金 10:00~11:30
			等々力	木 10:00~11:30			片平	水 10:00~11:30
			KOSUGI iHUG	月 13:30~15:00			千代ヶ丘	木 10:00~11:30
			生涯学習プラザ	月 10:00~11:30			百合丘	火 10:00~11:30

※祝日、年末年始(12/29~1/3)はお休みです。※定員を超えた場合には時期を調整して参加していただく場合があります。

※台風や大雪、感染症蔓延状況などにより、中止する場合があります。

お問合せは いこい元気広場実施事業者 ☎ 上記参照 【受付時間】9:00~17:00 月~金曜日(祝日、12/29~1/3を除く)

お電話の際に
「いこい元気広場のチラシを見た」と
お伝えいただくとスムーズです!

