

## ふちゅう元気アップ体操 (所要時間：1時間30分) 参加費：1,000円

会場 No.	会場	住所	月	曜日	開始時間
1	緑苑	緑町1-39	8~10月	月	13:30-15:00
2	生涯学習センター	浅間町1-7	8~10月	火	9:30-11:00
3	緑苑	緑町1-39	8~10月	水	9:30-11:00
4	緑苑	緑町1-39	8~10月	水	13:30-15:30
5	生涯学習センター	浅間町1-7	8~10月	木	9:30-11:00
6	生涯学習センター	浅間町1-7	8~10月	木	13:30-15:00
7	緑苑	緑町1-39	8~10月	金	9:30-11:00
8	むさし府中商工会議所	緑町3-5	8~10月	金	13:30-15:00

## 短期集中3回教室 (所要時間：おおむね2時間) 参加費500円

会場 No.	会場	主な教室テーマ	月	曜日	開始時間
11	緑苑	ストレッチ	11月	月	13:30-15:30
12	生涯学習センター	ストレッチ	11月	火	9:30-11:30
13	緑苑	転倒予防(筋力トレーニング)	11月	水	9:30-11:30
14	緑苑	認知症予防	11月	水	13:30-15:30
15	生涯学習センター	転倒予防(筋力トレーニング)	11月	木	9:30-11:30
16	生涯学習センター	認知症予防	11月	木	13:30-15:30
17	緑苑	転倒予防(筋力トレーニング)	11月	金	9:30-11:30
18	むさし府中商工会議所	ストレッチ	11月	金	13:30-15:30

※こちらの用紙をご提出ください。

## 介護予防教室 参加希望用紙

実施包括支援センター【緑苑】

フリガナ			男・女
氏名			
生年月日 (年齢)	大・昭	年 ( 月 )	日 歳
住所	府中市		
電話番号		要介護・ 要支援認定	有・無

### 参加希望事業 ※左の表の会場No.をご記入ください

ふちゅう元気アップ体操	短期集中3回教室
第1希望：	第1希望：
第2希望：	第2希望：

その他、お問合せ等につきましては裏面をご覧ください。

受付日 年 月 日 受付者

キリトリ