

# 1月 泉苑介護予防講座のご案内

事前申込みの上  
抽選となります  
1/10締切

## 健康ストレッチ ～ゆっくりからだを伸ばしましょう～

| 会 場                               | 日 程      | 時 間         | 申込コース |
|-----------------------------------|----------|-------------|-------|
| 西原町自治会館<br>(西原町3-13-36) 定員 10名    | 1月21日(金) | 午後2:00~2:45 | ㊦     |
| 武蔵台文化センター2階大広間<br>定員 12名          | 1月22日(土) | 午後2:00~2:45 | ㊧     |
| 市営第十二北山町住宅集会所<br>(北山町3-17) 定員 10名 | 1月25日(火) | 午後2:00~2:45 | ㊨     |
| 市営第十一美好町住宅集会所<br>(美好町2-51) 定員 10名 | 1月29日(土) | 午後2:00~2:45 | ㊩     |

《お申込み方法》 ※ 65歳以上の府中市民が対象で参加費無料です。

☆上記日程より、ご希望の申込コース㊦か㊩の記号を1つ選んでください。お電話にて氏名、住所、電話、申込コースの順でお申込みください。 締切 1/10(月)午後5時まで

※現在感染症対策のため、事前申込みの上、抽選となります。

☆抽選の結果は申込者全員に電話で、ご連絡させていただきます。

《感染症予防対策のお願いと協力》

☆参加当日、自宅での検温と会場でのマスクの着用、手洗い、手指消毒をお願いします。

また、お帰りの際も手洗い、手指消毒をお願いします。

☆発熱や風邪症状、体調不良時などで欠席する場合はお手数ですが泉苑まで連絡ください。

☆開催毎に会場内の消毒作業を実施するので、入室は開始10分前とさせていただきます。

《持ち物》 ☆マスク、飲み物

※武蔵台文化センター以外の会場は室内履きをご持参ください。

【お申込み・お問合せ先】 府中市地域包括支援センター泉苑 担当:青木  
042-366-0171 または 042-366-0080

講-1