令和8年度

12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。
12/6締切

健康ストレッチ

～身体を温めるストレッチで免疫力をあげましょう～

会　場	日　程	時　間		申込コース
都営武蔵台二丁目AP集会所 (武蔵台2-23-13)　定員12名	12月17日(木)	午後3:00	~4:00	ア
武蔵台文化センター2階大広間 (武蔵台2-2)　定員15名	12月19日(土)	午後2:00	~3:00	イ
市営第十二北山町住宅集会所 (北山町3-17)　定員15名	12月22日(火)	午後2:00	~3:00	ウ
西原町自治会館 (西原町3-13-36)　定員10名	12月25日(金)	午後2:00	~3:00	エ

≪お申込み方法≫　※65歳以上の府中市民が対象で参加費は無料です。

★上記日程より、ご希望される申込コース欄ア～エの記号を一つ選んでください。

お電話にて氏名、住所、電話、申込コースの順でお伝えください。　締切　12/6(日)　午後5時まで

※現在、感染症対策のために、事前申込みの上、抽選とさせていただいております。

【感染症予防対策のご協力とお願い】

★参加当日、自宅での体温測定と会場でのマスクの着用、手洗いと手指消毒をお願いします。

また、お帰りの際も手洗いと手指消毒をお願いしています。

★発熱や風邪症状、体調不良などで欠席をされる場合は、お手数ですが泉苑まで連絡下さい。

★会場内の消毒作業を実施いたしますので、入室は開始10分前からとさせていただきます。

≪持ち物≫ ★マスク、水分補給用飲み物、ご自身のスマートフォン

※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・お問い合わせ先〕 府中市地域包括支援センター泉苑　担当：横地

042-366-0171 または 042-366-0080

講－12