

～地域サロン事業～

H31年度健康王国クラブのご案内

❀ 事業内容 ❀

◎活動内容・・・身体や頭、口腔機能向上のための体操を楽しみながら行います

◎対象者・・・村内の方なら誰でも☆年齢・性別は問いません！

◎開催場所・・・真狩村保健福祉センター

◎開催時間・・・10：00～11：00

◎開催日・・・第2水曜日＝ゆったりコース、第4水曜日＝しっかりコース

◎年会費・・・1200円(保険代として)※1ヵ月100円での利用となります。

※年度の途中から始める場合は、開始月から年度末分の金額を徴収いたします



水曜日ですよ！
お間違いなく♪

❀ H31年度の開催日 ❀

☆ゆったりコース・・・ゆったりと体を動かしたい人向け

4/10、5/8、6/12、7/10、8/14、9/11、10/9、11/13、12/11、1/8、2/12、3/11

☆しっかりコース・・・しっかりと体を動かしたい人向け

4/24、5/22、6/26、7/24、8/28、9/25、10/23、11/27、12/25、
1/22、2/26、3/25



◎お申込み・お問い合わせについて◎

※健康王国への参加に事前予約は必要ありません※

初回は、開催時間10分前までにお越しください。

その際に会員登録書の記入や会費の手続きをいたします。

ご不明な点は真狩村社会福祉協議会までご連絡ください。

【電話番号】45-3105 / 担当：原田・梶谷

