

わくわく😊



健活クラブ



- 【予約制】 14:00~14:45 **定員9名** 申込順
- 【場所】 小柳町1丁目公会堂 (小柳町1-17)
- 【講師】 地域包括支援センターこれまさ職員
- 【参加費】 **無料**
- 【持ち物】 マスク・**健康自己チェック表**・体操用タオル
飲み物(水分補給用)・筆記用具・上履き

※裏面の「参加までの流れ」をお読みください！

「新しい生活様式」に基づいての開催となります！
まずは、簡単なストレッチで身体をほぐしましょう！



年間予定 **★随時参加募集しております★**

令和4年	4/1 (金)	5/6 (金) 体力測定会	6/3 (金)
	7/1 (金)	8/5 (金)	9/2 (金)
	10/7 (金)	11/4 (金) 体力測定会	12/2 (金)
令和5年	1/6 (金)	2/3 (金)	3/3 (金)



【お問合せ】 府中市地域包括支援センターこれまさ
☎042-314-0451 (担当:ふるはた)
★お気軽にお問合せください！

介護予防講座・地域交流ひろばについて (参加費: 無料)

変更事項

①「介護予防講座」と「地域交流ひろば」は自由参加から**申込制**に変更となります。

※日程は各種チラシにてご確認ください。

※申込みがない場合の参加はできませんのでご了承ください。

②3密を回避するために、しばらくの間は時間短縮で行います。

※受付、入れ替えを含め**45分程度**となります。(開始前後で消毒)



教室参加までの流れ

①参加日の予約 (先着順)

※**1 講座終了したら、次の予約をお取りください。**

※混雑を避けるため、**会場内での予約受付は行いません。**

受付時間: 月～土 AM9:30～PM5:00



②参加当日の体調確認を自宅で行う



※事前に**健康自己チェック表 (提出用)**をお渡しします。

ご自宅で記入をし、ご参加ください。

※自己チェック項目に**該当した場合は、**

参加をご遠慮くださいますようお願いいたします。

③持ち物

◎**マスク** ◎**水分補給用の飲み物** ◎**体操用タオル** ◎**筆記用具**

◎**健康自己チェック表** ※感染予防対策として共有するものを減らしています!

④会場受付にて**健康自己チェック表の提出と検温、手指消毒**を行う

※受付が終了するまで会場内には入れません。

※職員が受付で健康チェック表を確認、

安全、安心のため**非接触体温計**で検温を行います。



⑤受付後、会場内に入り**指定の席**でお待ちください。

※教室が始まるまで、「**近距離での会話の自粛**」を守り
座席でお待ちください。

⑥終了後は3密を避けるため、**順番に退出**となります。

※会場によって退出方法が異なりますので、職員がご案内いたします。