

わくわく😊



健活クラブ



- 【予約制】 14:15~15:00 定員9名 申込順
- 【場所】 小柳町1丁目公会堂
- 【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！

自粛期間中、皆さま！お元気にお過ごしてましたか？  
「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！



開催日程 ※感染症拡大防止のため中止になる恐れがあります。  
ご了承ください。

令和2年	<del>4/3(金)</del> 中止	<del>5/1(金)</del> 中止	<del>6/5(金)</del> 中止
	7/3(金)	8/7(金)	9/4(金)
	10/2(金)	11/6(金)	12/4(金)
令和3年	元旦休	2/5(金)	3/5(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)

# 介護予防講座・地域交流体操について(参加費:無料)

## 変更事項

①「介護予防講座」と「地域交流体操」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)

※お1人様、2回まで予約が可能です。

※1回、終了しま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 AM9:00~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 ◎体操用フェイスタオル ◎筆記用具

◎健康自己チェック表 ※会場によって、上履きが必要となります。

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」など別紙で記している

「ご利用される際のお願い」を守り座席でお待ちください。

⑤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。