

令和6年度 健康スポーツ教室 要項

1. 趣 旨 高齢者向きのリズム体操やストレッチ等で楽しく体を動かし健康づくりの支援・啓発を図る。
2. 主 催 南アルプス市スポーツ推進委員会
3. 主 管 南アルプス市教育委員会
4. 会 場 次のとおり
5. 日 程 次のとおり（毎月第4土曜日）
10時から11時30分（計12回）

年	開催月	開催日	時間	会場	申込受付期間
令和6年	4月	27日(土)	10:00~ 11:30	甲西保健福祉センター (古市場323)	4月1日(月)~12日(金)
	5月	25日(土)		かがやきセンター (飯野2806-1)	5月1日(水)~14日(火)
	6月	22日(土)		甲西保健福祉センター (古市場323)	6月3日(月)~14日(金)
	7月	27日(土)		かがやきセンター (飯野2806-1)	7月1日(月)~12日(金)
	8月	24日(土)		甲西保健福祉センター (古市場323)	8月1日(木)~14日(水)
	9月	28日(土)		若草体育館 (寺部720)	9月2日(月)~13日(金)
	10月	26日(土)		かがやきセンター (飯野2806-1)	10月1日(火)~11日(金)
	11月	23日(土)		甲西保健福祉センター (古市場323)	11月1日(金)~14日(木)
	12月	21日(土)		かがやきセンター (飯野2806-1)	12月2日(月)~13日(金)
令和7年	1月	25日(土)	甲西保健福祉センター (古市場323)	1月6日(月)~14日(火)	
	2月	22日(土)	かがやきセンター (飯野2806-1)	2月3日(月)~14日(金)	
	3月	22日(土)	楡形総合体育館 (桃園1501-4)	3月3日(月)~14日(金)	

6. 参加料 無料
7. 参加資格 60歳以上の南アルプス市民
8. 定 員 各日40名程度（9月・3月は100名程度）
9. 持ち物 屋内シューズ（会場によっては不要）、タオル、飲み物等
10. 送迎バス 送迎バスの運行はありません。各自会場へお集まりください。
11. 申込方法 先の受付期間内に、窓口または電話にて、生涯学習課まで申し込む。
※ 応募多数の場合は抽選となります。
12. 問い合わせ 〒400-0492 南アルプス市鮎沢1212
南アルプス市教育委員会事務局 生涯学習課 社会体育担当
TEL : 282-7778 FAX : 282-6427
13. その他 ① 運動のできる服装で参加してください。
② 参加中の事故対応は、教育委員会で加入する傷害保険の範囲内とします。
③ 中止等に関する情報は南アルプス市のホームページにてお知らせいたしますのでご確認ください。