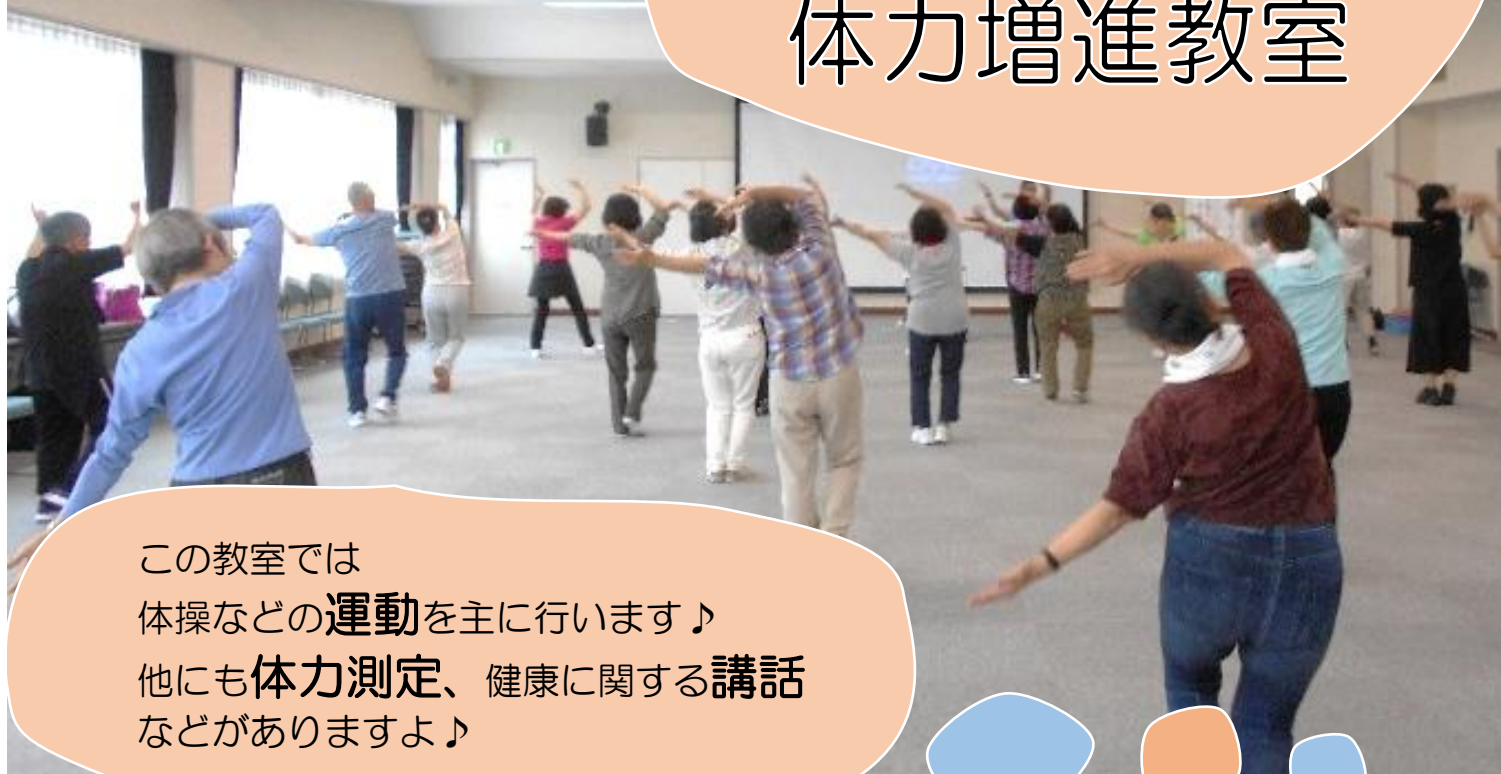


参加者募集中

# R8年度 高齢者健康づくり 体力増進教室



この教室では  
体操などの**運動**を主に行います♪  
他にも**体力測定**、健康に関する**講話**  
などがありますよ♪

## 日時

令和8年**5月28日**から  
令和9年**3月18日**までの  
毎週木曜日（全40回）  
おおむね 10:00～11:30

## 場所

金沢健康プラザ大手町 東館4階  
（金沢市大手町3番21号）  
**注意：7月より、旧味噌蔵町小学校（兼六元町7-15）  
に場所が変更になります。**  
※いずれも参加者用の駐車場はありません。

## 対象

令和8年4月1日現在  
**65歳以上の金沢市民**  
（昭和36年4月1日以前生まれ）  
※詳しくは裏面をチェック

## 定員

**30名**

応募多数の場合は抽選  
（5月初旬頃に全員に通知します）



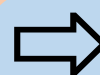
## 費用

**4,000円**

保険料、資料代等

いかなる理由であっても、お支払い後の  
参加費用の返金はできませんので  
あらかじめご了承ください。

申込方法や受付期間、お問合せは  
**裏面をチェック！**



# R8年度 高齢者健康づくり体力増進教室申込用紙

[受付期間] 令和8年4月1日(水)～4月24日(金)※消印有効

以下の項目すべてにチェックが付いた方のみお申込みいただけます。

<input type="checkbox"/>	令和8年4月1日現在 <u>65歳以上</u> の金沢市民である（昭和36年4月1日以前生まれ）
<input type="checkbox"/>	運動を行うことができる （治療中の場合は主治医の運動許可を得ている）
<input type="checkbox"/>	高齢者健康づくり体力増進教室には初めての参加である
<input type="checkbox"/>	現時点で、すべての回に出席することができる

フリガナ			
氏名			
生年月日	年 月 日	年齢	歳
住所	〒		
電話番号			

## <申込み方法>

申込用紙をご記入後は下記に郵送かFAX、  
もしくはご持参ください。

（FAXで申込みの方は念のためご一報ください）

**※電話での申し込みはできません**

こちらからも  
申込みできます→



## お問合せ先

公益財団法人 **金沢健康福祉財団**

〒920-0912

金沢市大手町3番23号

金沢健康プラザ大手町 西館2階

TEL：076-222-0102

FAX：076-222-4366

（平日 8:30～17:00）

