**募 集 案 内**

**１　対象の方**

市内在住の６５歳以上の方

**２　申込方法**

**窓口、FAX、郵送、電子申請・届出サービスのいずれかにより**

**お申込みください。**

**電子申請**

別添の参加申込書に必要事項をご記入のうえ、



各コースの申込受付期間内に

【窓口の場合】　**見沼区高齢介護課**、**地域包括支援センター**または

 **参加を希望される公民館**にご提出ください。

**「ますます元気」**

を入力してお申込み

ください

【FAX、郵送の場合】**見沼区高齢介護課**へご提出ください。

※電話による申込みはできません。

**３　参加者の決定方法**

* 申込みが定員を上回る場合は抽選を行います。教室の参加がケアプランに位置

付けられている方、初めて教室に参加される方が優先になります。

* 申込者全員に郵送にて参加の可否をお知らせします。**③結果発送日**に送付します。

**４　用意するもの**

飲み物、筆記用具、動きやすい服装、汗ふきタオル、マスク（着用希望の方）、

室内用運動靴（会場により異なります）

**５　会場・定員・申込期間・申込先・結果発送日・実施日時**

次ページ以降に記載の区内１２か所の会場で、全１６コース実施します。

**６　問合せ先・郵送先**

見沼区役所 高齢介護課 介護保険係

住所　〒３３７－８５８６　さいたま市見沼区堀崎町１２番地３６

電話　０４８－６８１－６０６８　FAX　０４８－６８１－６１６０

第１コース

【**春岡公民館（深作）**】　　定員２０人

1. 申込期間：４月２１日（月）～　５月１９日（月）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、春岡公民館、地域包括支援センター
3. 結果発送日：５月２８日（水）
4. 実施日時：６月１１日から毎週水曜日（７月９日を除く）・全６回

 ９：３０～１１：３０

**【七里公民館（東宮下）】**定員２０人

1. 申込期間：５月１日（木）～　５月２７日（火）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、七里公民館、地域包括支援センター
3. 　結果発送日：６月５日（木）
4. 実施日時：６月１９日から毎週木曜日・全６回

９：３０～１１：３０

**【大砂土東公民館（大和田２丁目）】**定員１５人

1. 申込期間：４月３日（木）～　４月２８日（月）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、大砂土東公民館、地域包括支援センター
3. 結果発送日：５月９日（金）
4. 実施日時：５月２３日から毎週金曜日・全６回

９：３０～１１：３０

**【ハレノテラス（島町）】**定員１５人

1. 申込期間：４月７日（月）～　５月２日（金）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、地域包括支援センター
3. 結果発送日：５月１５日（木）
4. 実施日時：５月２７日から毎週火曜日・全６回

９：３０～１１：３０

**【片柳公民館（東新井）】**定員２０人

1. 申込期間：４月７日（月）～　５月２日（金）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、片柳公民館、地域包括支援センター
3. 結果発送日：５月１５日（木）
4. 実施日時：５月30日から毎週金曜日・全６回

９：３０～１１：３０

第2コース

**【春野小学校（春野）】**定員２０人

1. 申込期間：７月１７日（木）～　８月１８日（月）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、地域包括支援センター
3. 　結果発送日：８月２７日（水）
4. 実施日時：９月１０日から毎週水曜日・全６回

９：３０～１１：３０

**【わし山会館（風渡野）】**定員１５人

1. 申込期間：８月４日（月）～９月３日（水）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、地域包括支援センター
3. 結果発送日：９月１２日（金）
4. 実施日時：９月２６日から毎週金曜日・全6回

９：３０～１１：３０

**【東楽園　ゆーぱるひざこ（膝子）】**定員２５人

1. 申込期間：８月７日（木）～　９月５日（金）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、地域包括支援センター
3. 結果発送日：９月１７日（水）

1. 実施日時：９月30日から毎週火曜日・全６回

　　　　　　１３：３０～１５：３０

**【東大宮コミュニティセンター（東大宮４丁目）】**定員１８人

1. 申込期間：８月１日（金）～　８月２５日（月）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、地域包括支援センター
3. 結果発送日：９月３日（水）
4. 実施日時：９月１７日から毎週水曜日・全６回

　　　　　　９：３０～１１：３０

**【南鳳台集会所（南中丸）】**定員１８人

1. 申込期間：８月４日（月）～　９月３日（水）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、地域包括支援センター
3. 結果発送日：９月１２日（金）
4. 実施日時：９月２６日から毎週金曜日・全６回

１３：３０～１５：３０

第３コース

**【春岡公民館（深作）】**定員２０人

1. 申込期間：１１月２５日（火）～　１２月２２日（月）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、春岡公民館、地域包括支援センター
3. 結果発送日：１月８日（木）
4. 実施日時：１月２０日から毎週火曜日（２月１７日を除く）・全6回

１３：３０～１５：３０

**【春おか広場（宮ヶ谷塔）】**定員２５人

1. 申込期間：１１月２５日（火）～　１２月２２日（月）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、地域包括支援センター
3. 結果発送日：１月８日（木）
4. 　実施日時：１月２３日から毎週金曜日・全６回

９：３０～１１：３０

**【七里公民館（東宮下）】**定員２０人

1. 申込期間：１１月２５日（火）～　１２月２２日（月）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、七里公民館、地域包括支援センター
3. 結果発送日：１月８日（木）
4. 実施日時：１月２１日から毎週水曜日（２月１１日を除く）・全６回

１３：３０～１５：３０

**【大砂土東公民館（大和田２丁目）】**定員１５人

1. 申込期間：１１月１７日（月）～　１２月１６日（火）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、大砂土東公民館、地域包括支援センター
3. 結果発送日：１２月２５日（木）
4. 　実施日時：１月１５日から毎週木曜日（２月５日を除く）・全６回

１３：３０～１５：３０

**【片柳公民館（東新井）】**定員２０人

1. 申込期間：１１月１７日（月）～１２月１６日（火）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、片柳公民館、地域包括支援センター
3. 結果発送日：１２月２５日（木）
4. 実施日時：１月１３日から毎週火曜日・全６回

１３：３０～１５：３０

**【特別養護老人ホーム　諏訪の苑（南中野）】**定員２０人

1. 申込期間：１１月１７日（月）～１２月１６日（火）※土日祝日を除く
2. 申込先：見沼区高齢介護課、地域包括支援センター
3. 結果発送日：１２月２５日（木）
4. 実施日時：１月１６日から毎週金曜日・全６回

１３：３０～１５：３０

ますます元気教室　参加申込書

令和　　年　　月　　日

（宛先）さいたま市長

ますます元気教室に参加したいので、確認事項に同意した上で次のとおり申込みます。

㊟黒のボールペンでご記入ください。

㊟申込者数が会場の定員を超えた場合は抽選となります。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ふりがな |  | 生年月日 | 大正・昭和 　年　　月　　日 |
| **氏　名** |  | 年 齢 | 　 　　 歳 | 性 別 | 男・女 |
| 住　　所 | 〒　　　　－さいたま市　　　　　区 |
| 電話番号 | 　　　　（　　　　　）　 |
| 緊急連絡先 | 　　　　（　　　　　）　　　　　　氏名：　　　　　　　　　　続柄：　　　 |
| 会場：　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　（　　コース目）　　 |
| 【確認事項】　確認されましたら、□に✓を記入してください。* 教室の参加にあたり、医師等から運動を禁止されていません。
* 自己の責任において健康を管理して参加します。健康状態に変化が生じた場合、教室責任者等の指示に従います。
* 市が収集した個人情報及び介護保険認定状況（非該当、要支援、要介護、事業対象者）については、個人情報保護法に基づき、教室の円滑な実施に必要な範囲で市が適切に使用すること、また介護予防事業に関わる他の実施機関（事務の委託を受けた者や地域包括支援センター）に提供することに同意します。
* 当日に発熱や不調がみられる方は教室に参加できないことに同意し、教室責任者等から参加の可否について別途指示があった場合も従います。
* 教室の参加については、教室責任者等の指示に従います。教室責任者等の指示に従わない場合は、受講をご遠慮いただくことがあります。
* 定員を超えるお申込みがあった場合は、初めて参加される方などを優先に抽選とさせていただきます。
 |

受付機関使用欄

受付日　：　令和　　年　　月　　日（受付者　　　　　　）

受　　付　：　区役所　／　（　　　）公民館　／　地域包括（ 北部 ・ 東部 ・ 西部 ・ 南部 ）

認定状況　：　なし　／　あり　　非該当　　要支援（　　）　要介護（　　）　事業対象者

　 備　 考　：