

令和6年度 ますます元気教室のご案内

1 対象

市内在住の65歳以上の方（参加を希望する教室の開催初日時点）

2 会場（定員）

- 指扇公民館（10名） さいたま市西区西大宮 2-13-1
- 馬宮公民館（15名） さいたま市西区西遊馬 236-2
- 植水公民館（8名） さいたま市西区中野林 173-2 ※1, 2 コースのみ
- 加茂川団地自治会館（15名） さいたま市西区大字植田谷本137-1 ※3 コースのみ
- 内野公民館（10名） さいたま市西区三橋 6 丁目 1457 番地 1

3 日程

申込受付期間及び実施日については、ホームページ本文をご覧ください。

4 申込方法

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西区役所高齢介護課または参加を希望する公民館にご提出ください。

（電話による申込みは受付していません。）

5 参加者の決定方法

申込が定員を上回る場合は、優先順位を設けて、抽選を行います。

「地域包括支援センターで相談した結果、本教室が介護予防計画に位置付けられた方」や

「過去に本教室に参加したことがない方」を優先します。

6 抽選結果のお知らせ

決定の可否を郵送でお知らせします。

7 用意するものなど

筆記用具 飲み物 汗ふきタオル

室内用運動靴（内野公民館が会場の場合は不要です） マスク（着用ご希望の方）

※動きやすい服装でお越しください。

※ご自宅で体温測定等体調確認をしてご参加ください。

8 注意事項

天候等により、やむを得ず教室開催が中止となる場合があります。その際は、電話等により連絡をさせていただきます。

教室の参加にあたっては、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。

お問合せ先

さいたま市 西区役所 高齢介護課 介護保険係

住所 〒331-8587 さいたま市西区西大宮3丁目4番2号

電話 048-620-2668 FAX 048-620-2762