

65歳以上の府中市民の皆様へ

しんまち 地区

令和元年度 介護予防事業 

## 地域交流体操 参加者募集!!

### 地域交流体操

約60分：参加費無料

開催日はお近くの地域包括支援センターへお問合せください。

『地域交流体操』は、「元気アップ体操」や「元気一番!!ふちゅう体操」を、参加された皆様でおこない、運動習慣を継続していただける場です。

体操の音源が準備されていますので、集まった皆様で、気軽におこなえます。地域の中での「新しい交流の機会」となり、更には「お仲間同士で好きな活動をする」きっかけになればと思います。

65歳以上の府中市民の方なら、  
どなたでも何度でも参加可能です。  
(職員は円滑に進むようお手伝いをいたします)



### お問合せ先

府中市地域包括支援センターしんまち  
(新町1-67-2-103)

☎042-340-5060

- ・会場までの送迎サービスはございません。
- ・実施会場・時間等につきましては裏面をご覧ください。



元気一番!!ふちゅう体操  
イメージキャラクター  
ひびピー

ご不明な点がございましたら、  
お気軽にお問い合わせください。

# 地域交流体操予定表 \*令和元年8(7)月~11月分\*

**お申込みの必要はありません。直接会場へお越しください。参加費は無料です。  
 荒天や会場等の都合により変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。**

会場番号	会 場	曜日	時 間	実施予定日
1	都営府中栄町2丁目 アパート集会室 栄町2-3	月	9時30分 ~ 10時30分	【7月】29日 【8月】5日・19日・26日 【9月】2日・9日・30日 【10月】7日・21日・28日 【11月】11日・18日・25日
2	府中武蔵野ハイライズ 集会室 栄町3-11-13	月	11時00分 ~ 12時00分	【7月】29日 【8月】5日・19日・26日 【9月】2日・9日・30日 【10月】7日・21日・28日 【11月】11日・18日・25日
3	新町文化センター 2階 大広間 新町1-66	火	11時00分 ~ 12時00分	【8月】6日・20日・27日 【9月】3日・17日・24日 【10月】1日・8日・15日・29日 【11月】5日・12日・19日
4	都営新町3丁目 アパート東集会室 新町3-1	火	15時00分 ~ 16時00分	【8月】6日・20日・27日 【9月】3日・10日・17日・24日 【10月】1日・15日・29日 【11月】5日・12日・26日
5	都営府中栄町3丁目 第2アパート集会室 栄町3-17	水	11時00分 ~ 12時00分	【8月】7日・21日・28日 【9月】11日・18日・25日 【10月】2日・9日・23日・30日 【11月】13日・20日・27日
6	市営新町2丁目 住宅集会所 新町2-44	木	15時00分 ~ 16時00分	【8月】1日・8日・15日・22日 【9月】5日・12日・26日 【10月】3日・10日・17日・24日 【11月】7日・14日
7	新町文化センター 2階 大広間 新町1-66	金	11時00分 ~ 12時00分	【8月】2日・9日・16日・30日 【9月】13日・20日・27日 【10月】4日・11日・25日 【11月】1日・8日・22日

〈お問い合わせ〉

府中市地域包括支援センターしんまち

042-340-5060