

令和7年度 「生きがい健康教室」 開催要項

1. 主 旨 より多くの市民が施設を利用し、なお一層の健康づくりへの取り組みが図られるよう、健康運動指導士の指導のもと、「生きがい健康教室」を開催する。
2. 主 催 湯沢市教育委員会
3. 主 管 NPO 法人ゆざわサンマリッツスポーツクラブ
4. 期 日 令和7年5月13日から7月15日までの毎週火曜日
令和7年9月2日から令和7年12月23日までの毎回火曜日 *全24回
※9/23は祝日のため、10/28、11/4は体育館使用不可のためお休みとなります。
5. 時 間 午後7時00分～午後8時45分
6. 会 場 湯沢市総合体育館、他
7. 対 象 市内在住の18歳以上の人(高校生を除く)
8. 募集人員 35人(先着順)
9. 内 容 有酸素運動、レクリエーションスポーツ、体力測定、
体脂肪測定、健康に関する講話 ほか
10. 参加料 5,000円(傷害保険料含む)
11. 講 師 三浦 敬樹さん(健康運動指導士)
12. 募集期間 5月1日(木)から定員に達するまで
13. 募集方法 広報ゆざわ5月号、市HP、ゆざわサンマリッツSC公式HPへの掲載
14. 申し込み 参加料を添えて、総合体育館(Tel72-6500)まで申し込みください。
15. 問い合わせ ゆざわサンマリッツSC(Tel72-6500、Mail:info@sunmaritz.or.jp)へ
16. そ の 他 教室の様子はサンマリッツ公式SNS等で紹介される場合がございます

令和7年度生きがい健康教室 参加申込書

ふりがな	生年月日(年齢)		
氏名	年	月	日 歳
住所	〒		
連絡先 電話番号	領収確認		
健康上の 問題等あ れば記入 ください	参加料 5,000円		

令和7年度 生きがい健康教室 領収書	
氏名	
様	
一金 5,000円	
令和7年度生きがい健康教室参加料として上記正に領収しました。	
領収確認	