

当施設は…

厚生労働省認定 健康増進施設

厚生労働省認定 指定運動療法施設

一生 こんな笑顔でいるために…!!

参加者  
募集!!

## 『健康いきいき教室』

期 間: 令和7年9月4日(木)～令和7年11月28日(金)

①毎週木曜日・②毎週金曜日のいずれかのコースをお選びください。

※①～②各コースとも 午前9時15分～10時15分

場 所: オーバルスポーツコム玉野(メルカ3F)

参加費: **無料** ※但し、お風呂をご利用の場合は220円(1回につき 税込)

対 象: 市内在住で65才以上の方(各定員15名)

※参加は、お1人様1コース限りとなります

※玉野市に住所があり、住民票がある方

※65才以上で介護認定を受けていない、もしくは  
要支援1・2の方

※お医者さんから運動制限されていない方



準備物: 運動が可能な服装・シューズ・飲み物・汗拭きタオル

※お風呂をご利用の方は、入浴に必要なもの



問い合わせ、申し込みは… オーバルスポーツコム玉野