

令和6年度 転倒予防運動教室 開催要項

- 1 目的 転倒予防について学び、実技をとおして転倒を予防するための筋力強化することを目的とします。
- 2 主催 群馬県立ふれあいスポーツプラザ
- 3 日付 令和6年 6月28日(金)・7月26日(金)・8月23日(金)
9月27日(金)・10月25日(金)・11月29日(金)
12月20日(金)・令和7年 1月17日(金)・2月21日(金)
- 4 時間 14時～16時 ※受付13時30分～体育室(開始前に質問用紙をご記入いただきます)
講義等:14時00分～ 実技:15時00分～(予定)
- 5 会場 群馬県立ふれあいスポーツプラザ 体育室
- 6 講師 群馬医療福祉大学 リハビリテーション学部 准教授 理学療法士 村山 明彦 氏
- 7 対象者 障害者・高齢者(65歳以上)・健常者
※介助が必要な方・ガイドヘルパー・手話通訳者等は、参加者が帯同をお願いします。
- 8 内容 「転倒予防について」の講義・実技
- 9 参加費 無料
※障害者手帳をお持ちの方及び65歳以上の方は、申込締切日までにプラザ利用証発行手続きをお願いします。
- 10 定員 30名程度(講義のみ実技のみの参加も可) ※申込多数の場合は、参加者調整を行います。
- 11 申込締切 令和6年6月19日(水)必着
※当日参加も可能ですが、事前申込者多数の場合は、参加できませんのでご了承ください。
- 12 申込方法 別紙申込用紙に必要事項を記入のうえ、申込締切日までにプラザ宛てに持参・FAX・郵送・E-mailのいずれかでお申し込みください。
- ① 持参の場合:開館日の9時30分～19時30分までに持参してください。
 - ② FAXの場合:FAX送信後、必ず開館日に電話にて受取の確認をしてください。
 - ③ 郵送の場合:令和6年6月19日(水)必着
 - ④ メールの場合:件名:「令和6年度 転倒予防運動教室の申込について」
※メールの場合は、申込書の内容(氏名・住所・連絡先等)を入力してください。
※開催要項及び申込書はプラザのホームページからもダウンロードができます。



13 申込及び
 問合せ先 群馬県立ふれあいスポーツプラザ(担当:小池)
 住所:〒379-2214 伊勢崎市下触町238-3
 TEL:0270-62-9000 FAX:0270-62-8867
 E-mail:fureai@sunfield.ne.jp
 ※開館日の9時30分~17時にお問い合わせください。
 (休館日はカレンダー参照)



【プラザ公式LINEアカウント】
 プラザの情報を配信しています。
 是非ご登録ください♪

- 14 その他
- ① 参加者は、運動ができる服装・室内用運動靴持参をお願いします。
 - ② 筆記用具をご準備ください。
 - ③ 駐車場は、構内駐車場をご利用ください。
 - ④ 申込後に参加できなくなった場合は、担当までご連絡をお願いします。
 - ⑤ 主催者は、個人情報保護に関する法令を遵守し、主催者が定める「個人情報保護取扱規程」に基づき取り扱い、プラザ事業運営に必要な目的以外には使用しません。
 - ⑥ プラザ広報誌や報道機関等による撮影及び掲載がある場合があります。ご協力をお願いします。

<令和6年度 ふれあいスポーツプラザカレンダー> :休館日 △:申込締切日 ○:開催日

6月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	△19	20	21	22
23	24	25	26	27	○28	29
30						

7月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	○26	27
28	29	30	31			

8月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	○23	24
25	26	27	28	29	30	31

9月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	○27	28
29	30					

10月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	○25	26
27	28	29	30	31		

11月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	○29	30

令和7年

12月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	○20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

1月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	○17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	○21	22
23	24	25	26	27	28	