

募集人数

60 名 午前の部 30名
名 午後の部 30名

申込者多数の場合、これまで参加していない人を優先し、抽選

あなたの歩き方に合った運動を提案します！



全3回参加で生活習慣を改善した方に
商品プレゼント！

歩行測定健康教室

第1回

12月25日(水)

第2回

1月8日(水)

第3回

2月19日(水)

- ≫≫≫対象 市内に住所を有する40歳以上(令和7年3月31日時点)の方(※3日間とも参加可能な方)
- ≫≫≫内容 ミズノ(株)による歩行能力・タイプ測定及びウォーキング講習会
- ≫≫≫時間 午前の部(午前9時～) または 午後の部(午後1時～)
※いずれも午前の部と午後の部がありますが、全3回すべて同じ時間帯での申し込みとなります。
(希望の時間帯に添えない場合があります。)
- ≫≫≫場所 12/25は紀の川市役所 南別館1階、1/8と2/19は紀の川市民体育館
- ≫≫≫受付
- ① 申し込み専用フォームから(下記左より申し込み)
 - ② 国保年金課(本庁17番窓口)・各支所・出張所(平日の午前8時45分～午後5時30分まで)、紀の川市民体育館(開館日の午前9時～午後10時まで)へ直接申し込みください。
 - ③ 郵送の場合は申込用紙に必要事項を記入の上、下記申し込み先に郵送

【申し込み期間】 ~11月15日(金)まで ※郵送の場合は、11月15日(金)消印有効

※電話での申し込みはできません。

※申込用紙は各申し込み窓口で配布、または市ホームページよりダウンロードできます。

※申し込み者1名につき参加申込書1枚が必要です。



【申し込み専用フォーム】



【市ホームページ】

【申し込み・問い合わせ】

〒649-6492 紀の川市西大井338

紀の川市役所 国保年金課 保健事業班

TEL:0736-79-3134(直通)

事業委託先：ミズノ株式会社