

令和7年度 生活習慣病予防 国保運動教室

受講生募集

運動知識・技術を学びたい方 募集

参加条件 1人で運動できる方
要介護（要支援～要介護）を受けていない方

申込時 国保加入者は被保険者証番号が必要
定員を超えたら抽選（和歌山市国保加入者優先）

自己負担金 1,000円（初回参加時必要）

運動始めませんか？



会場名	日時 全6回 5月～10月	定員
河西コミュニティセンター	火曜日 / 10:00～12:00	30人
中央コミュニティセンター	火曜日 / 10:00～12:00	30人
河北コミュニティセンター	火曜日 / 13:30～15:30	30人
松下体育館	火曜日 / 13:30～15:30	70人
北コミュニティセンター	水曜日 / 10:00～12:00	50人
勤労者総合センター	水曜日 / 13:30～15:30	30人
河南コミュニティセンター	木曜日 / 10:00～12:00	30人
東部コミュニティセンター	木曜日 / 13:30～15:30	30人
東公園体育館	金曜日 / 10:00～12:00	70人
南コミュニティセンター	金曜日 / 13:30～15:30	50人

最少催行人数:各会場15人

申込:4月9日(水)～21日(月) 電話・Web

☎ 073-435-1215

URL <https://logoform.jp/form/fKMM/878071>

国保年金課

