

えびな健康マラソン大会

園文化スポーツ課 ☎(235)4927



▲1周コースは親子部門。スタート・ゴールは手をつないで一緒に

今大会では、海老名駅西口地区のまち開きを記念し、扇町の供用開始前の道路を周回するコースを走ります。ぜひご参加ください。

▼日時 10月25日(日) 8時30分スタート ※雨天決行。ただし、荒天時は中止の場合あり

▼コース ①1周コース(約1.5km)、②4周コース(約3km)

▼対象 市内在住・在勤・在学の方で、①小学校3年生以下とその親、②小学校4年生以上

▼定員 先着2000人

▼費用 高校生以上1000円、中学生500円、小学校4～6年生200円、小学校3年生以下は無料。申し込み時に徴収します。



▼その他 参加者全員に参加賞を贈呈。完走者には完走証を当日発行。お楽しみ抽選あり。

▼申し込み 9月1日(火)から、文化スポーツ課・海老名運動公園総合体育館・北部公園体育館で配布の申込用紙に必要事項を記入し、直接同課または体育館へ提出。申込用紙は市ホームページからダウンロードもできます。9月25日金締め切り。

高齢介護課

からのお知らせ



園高齢介護課 ☎(235)4950

市内在住の介護認定を受けていない方を対象に行う教室です。これらの事業は、えびな健康マイレージ2015の対象事業です。

まると！介護予防教室
(全15回)

運動や栄養、認知症など介護予防全般について学ぶ教室です。会場までの送迎を希望する方はご相談ください。

▼日時 9月24日～平成28年1月21日の毎週(木)10時～12時(受け付けは9時30分から)
※12月24日・31日・平成28年1月7日を除く

▼会場 総合福祉会館
▼対象 おおむね75歳以上で、「転びやすくなった」「物忘れが増えた」など生活機能の低下が気になる方
▼定員 25人(初めての方優先・応募多数の場合は抽選)
▼費用 無料
▼申し込み 9月10日(木)までに、電話で高齢介護課へ。

脳の健康学習教室
(全24回)

「くもん」が開発した教材を使い、簡単な読み書き計算などを行う認知症予防のための教室です。内容などの詳細は、社会福祉協議会へお問い合わせください。

▼日時 10月1日～平成28年3月24日毎週(木)13時30分～15時30分のうち60分 ※年末・(祝)を除く

▼会場 総合福祉会館

▼対象 65歳以上で事前説明会に参加できる方

▼定員 30人(応募多数の場合は抽選)

▼費用 毎月2260円(教材費)

▼その他 参加決定者対象の事前説明会(9月24日(木)10時から総合福祉会館)あり

▼申し込み 9月15日(火)までに、電話で社会福祉協議会 ☎(236)6626へ。



のびのび元気アップ体操教室(全10回) 日程表

初回日	稼働曜日	時間/会場	
		10時～11時30分	13時30分～15時
10月1日	月2回(木)	保健相談センター	—
10月2日	第1・3(金)	本郷コミセン	総合福祉会館
10月5日	第1・3(月)	総合福祉会館	保健相談センター
10月7日	第1・3(水)	柏ヶ谷コミセン	—
10月9日	第2・4(金)	下今泉コミセン	門沢橋コミセン
10月13日	第2・4(火)	国分コミセン	社家コミセン

のびのび元気アップ体操教室
(全10回)

自宅で簡単にできるストレッチや体操を行う教室を、市内8会場で実施します。詳細は、社会福祉協議会へお問い合わせください。

▼対象 65歳以上の方

▼定員 各会場35人(総合福祉会館は30人)
▼申し込み 9月15日(火)までに、電話で社会福祉協議会 ☎(236)6626へ。