

にこにこステップ運動& スロージョギング教室 参加者募集



会 場

弓削コスモス館（久留米市北野町高良1706番地1）

日 程

令和7年11月11日（火）～令和8年1月6日（火）
毎週火曜日10時～11時30分（全8回）

対 象

概ね65歳以上の久留米市民
（弓削校区以外に在住の方も参加可能です）

申 込

令和7年10月21日（火）までに

裏面の参加申込書に必要事項を記入のうえ下記の申込先に、
郵送またはFAX、電話でお申込みください。

定員を超える場合は、新規参加者及び他の介護予防教室に参加されていない方の申し込みを優先します。

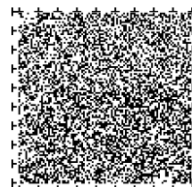
参加費
無料

要申込

【問い合わせ・お申込先】久留米市 健康福祉部 長寿支援課

〒830-8520 久留米市城南町15番地3

電話：0942-30-9207 FAX：0942-36-6845





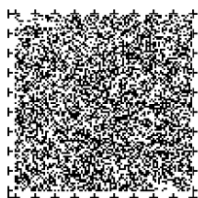
令和7年度「にこにこステップ運動&
スロージョギング教室」参加申込書

必要事項を記入してください 申込日：令和 年 月 日

ふりがな		生年月日	大正・昭和
お名前			年 月 日 (歳)
住 所	(〒 -) 久留米市		
電話番号	【自宅】		
	【携帯】		
これまで「トランポリン教室」「にこにこステップ運動教室」「リズムで座ってストレッチ教室」に参加したことがありますか？		ある ・ ない	

にこにこステップ運動&スロージョギング教室日程表(全8回)

	第1火曜	第2火曜	第3火曜	第4火曜	第5火曜
11月	—	11日	18日	25日	
12月	2日	9日	16日	23日	—
1月	6日	—	—	—	



【問い合わせ・お申込先】久留米市 健康福祉部 長寿支援課
〒830-8520 久留米市城南町15番地3
電話：0942-30-9207 FAX：0942-36-6845