

令和7年度 シニアグループ向け

ピンシヤン！健康教室

保健師・看護師・理学療法士・作業療法士・管理栄養士・歯科衛生士
が皆様のもとへお伺いし、介護予防の講話や体操等を実施します！

【対象団体】 前橋市内のおおむね65歳以上の団体

(自治会・老人会・サロン・自主グループ等)

【開催時間】 30分～1時間30分程度 (平日午前9時～午後4時)

【回数】 年2回まで

【人数】 5名以上

【講話内容】 裏面参照 お気軽にご相談ください。



心身の健康のためにできることから始めましょう！
専門職があなたの町に耳寄りな健康話題を届けます♪

申し込み方法

- ① ご希望の開催日時・内容について、長寿包括ケア課へご相談ください。
ご依頼は開催希望日の**3か月前から1か月前まで**受付けます。
(例：7月31日開催の場合、4月30日から6月30日まで受付けます。)
※日程、内容を調整させていただく場合もあります。
- ② 開催日の1か月前までに職員派遣申請書を提出してください。
※申請書はホームページにも掲載しています。
- ③ 開催日の約1週間前に、担当者より内容確認のお電話を
させていただきます。



ホームページはこちら

申し込み・お問い合わせは…

前橋市役所 長寿包括ケア課 介護予防係

TEL : 027-898-6133 (直通) FAX : 027-223-4400

