



すこやか運動教室



屋外にある健康運動器具を使い、
心身機能の改善を目的とした教室です。
“簡単・やさしい・続けられる”をテーマに
運動習慣化を目指します！



【持ち物】
手袋(軍手など)・タオル・飲み物・運動ができる服装

【注意事項】
感染症の状況により、中止となる場合があります。
マスク着用 及び 検温 をしてお越してください。

【問合せ】スポーツ課 すこやか運動応援担当
電話：048-543-6660(直通)

吹上富士見公園
雨天時、吹上団地集会所

🕒 午前 9時～

実施日	
令和3年5月	19日 (水)
6月	16日 (水)
7月	14日 (水)
9月	15日 (水)
10月	20日 (水)
11月	17日 (水)
12月	22日 (水)
令和4年1月	19日 (水)
2月	16日 (水)
3月	16日 (水)

※原則、毎月第3水曜日

新宿第1公園
雨天時、新宿町内会集会所

🕒 午前 9時～

実施日	
令和3年5月	13日 (木)
6月	10日 (木)
7月	8日 (木)
9月	9日 (木)
10月	14日 (木)
11月	11日 (木)
12月	9日 (木)
令和4年1月	13日 (木)
2月	10日 (木)
3月	10日 (木)

※原則、毎月第2木曜日

北新宿生涯学習センター
雨天時、北新宿生涯学習センター内

🕒 午前 9時～

実施日	
令和3年5月	28日 (金)
6月	25日 (金)
7月	16日 (金)
9月	24日 (金)
10月	22日 (金)
11月	26日 (金)
12月	24日 (金)
令和4年1月	28日 (金)
2月	25日 (金)
3月	11日 (金)

※原則、毎月第4金曜日