

＼みんなで作る健康運動教室／

Fun up!

in北のカミーノ

令和7年8月18日（月）～

令和7年11月17日（月）

毎週月曜日（祝日はお休み）

10:00～11:00開催

参加費
無料



会場

会場名：北のカミーノ

（清田区北野3条3丁目15-1）

健康運動教室Fun up!の特徴

北野地区にお住まいの概ね60歳以上の方が対象。
Fun up! (ふあん あっぷ) は参加者全員で役割を
分担しながら進行していきます。

約3ヶ月間の期間限定開催ですが、参加者の皆様
から希望があった場合には継続も可能です！

＼こんな運動をします！

- ✓ ストレッチ 
- ✓ タオル体操
- ✓ 歩行機能向上運動

定期的に専門職による
体力測定も予定！

お申し込み・お問い合わせ先

札幌市清田区介護予防センター北野・平岡

お気軽にご連絡ください♪

☎ 011-885-1230 (担当：熊田・山本)

