

# 【当日参加OK】 第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【港北区】

平成29年5月19現在

※費用の記載がないものは無料です。  
 ※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。  
 ※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。  
 ※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です

事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
シルバー体操新吉田	新吉田周辺にお住まいの方	5月27日(土)	10時から12時	新田地区センター4階	福祉保健課	540-2362	不要	200円	
ウォーキング(師岡地区保健活動推進委員会)	師岡地区	5月27日(土)	10時~12時	師岡町会館 10時集合	福祉保健課	540-2362	不要	なし	雨天中止
口腔ケア「健口から健康へ」	区民	5月22日(月)	10時から12時	大綱中コミュニティハウス	福祉保健課	540-2362	無	無料	
ウォーキング(日吉地区保健活動推進委員会)	区民	5月28日(日)	10時から12時	日吉駅銀ボール集合	福祉保健課	540-2362	不要	無料	雨天中止
シルバー体操新吉田	新吉田周辺にお住まいの方	6月24日(土)	10時から12時	新田地区センター4階	福祉保健課	540-2362	不要	200円	
月例ウォーキング(新羽地区保健活動推進委員会)	区民	6月1日(木)	9時出発	新羽駅集合	福祉保健課	540-2362	不要	なし	雨天中止
ウォーキング(師岡地区保健活動推進委員会)	師岡地区	6月24日(土)	10時~12時	師岡町会館 10時集合	福祉保健課	540-2362	不要	なし	雨天中止
ほっとスペース☆ひよし(交流サロン)	どなたでも	毎月第4水曜	13時半~15時	日吉本町地域ケアプラザ	日吉本町地域ケアプラザ	566-0360	不要	1回100円	
ふれあい広場花しょうぶの会	区民	毎月第4金曜日	13時30分から15時	樽町地域ケアプラザ	樽町地域ケアプラザ	532-2501	不要	100円	
バランスボールタイム	16歳以上の男女	毎週月曜日	9時~9時50分	港北スポーツセンター	港北スポーツセンター	045-544-2636	不要	500円	当日先着受付
フィットネスヨガタイム	16歳以上の男女	毎週月曜日	10時~10時50分	港北スポーツセンター	港北スポーツセンター	045-544-2636	不要	500円	当日先着受付
火曜エアロビクスタイム	16歳以上の男女	毎週火曜日	10時~10時50分	港北スポーツセンター	港北スポーツセンター	045-544-2636	不要	500円	当日先着受付
リズムボクシングタイム	16歳以上の男女	毎週木曜日	9時~9時50分	港北スポーツセンター	港北スポーツセンター	045-544-2636	不要	500円	当日先着受付
金曜エアロビクスタイム	16歳以上の男女	毎週金曜日	10時~10時50分	港北スポーツセンター	港北スポーツセンター	045-544-2636	不要	500円	当日先着受付
パワーヨガ	16歳以上の男女	毎週金曜日	9時~9時50分	港北スポーツセンター	港北スポーツセンター	045-544-2636	不要	500円	当日先着受付
ピラティスタイム	16歳以上の男女	毎週金曜日	11時~11時50分	港北スポーツセンター	港北スポーツセンター	045-544-2636	不要	500円	当日先着受付
喫茶たかた	どなたでも	毎月第4水曜	13時~14時	高田地域ケアプラザ	高田地域ケアプラザ	594-3601	不要	100円	コーヒー代
レッツハンサムウォーキング	新羽町周辺にお住まいの方	毎月第3土曜日	10:00~12:00	新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス前集合	新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス	542-7207	不要	無料	
元気づくりステーションあすなる	新吉田あすなる地区周辺の区民	毎月第2・4(土) *	10時~11時半	あすなる町内会館	高齢・障害支援課高齢者支援担当	540-2321	不要	無	*8月と1月はなし

# 【当日参加OK】 第5回健康スタンプラリー対象事業一覧【港北区】

平成29年5月19現在

※費用の記載がないものは無料です。

※ウォーキング等の事業には、動きやすい服装でご参加ください。

※日程等変更する可能性があります。お手数ですが、事前にお問い合わせ先まで確認をお願いします。

※第5回よこはま健康スタンプラリーの対象となるのは29年1月から6月までの実施分です。

事業名	対象者	実施日	時間	会場	問合せ先 (名称)	問合せ先 (電話)	申込	参加費	備考
元気づくりステーション 鳥山元気サロン	城郷小机地区周辺 の区民	毎月第4(木)	13時半～15時半	鳥山町公民館	高齢・障害支援 課高齢者支援 担当	540-2321	不要	100円/回	
元気づくりステーション 綱島	綱島地区 近隣住民	毎月第1(木) * 不定期開催 もあり	10時～11時半	綱島中町 自治会館	高齢・障害支援 課高齢者支援 担当	540-2321	不要	200円/回	
元気づくりステーション 日吉	日吉地区周辺 の住民	毎月第2・4 (火)*	14時～15時半	コンフォール南 日吉・集会室	高齢・障害支援 課高齢者支援 担当	540-2321	不要	100円/回	祝日はなし
大倉山元気づくり ステーション	大倉山地区 近隣住民	毎月第4(水) *1	10時～11時半	町内会館、防犯 拠点センター*2	高齢・障害支援 課高齢者支援 担当	540-2321	不要	無	*1 8月、12月 はなし *2 日程によ り開催場所が
元気づくりステーション きくな	菊名地区 近隣住民	毎月第3(木) *	10時15分～11時 半	菊名地区セン ター	高齢・障害支援 課高齢者支援 担当	540-2321	不要	100円/回	*8月、1月はな し
木曜エアロビクスタイ ム	16歳以上の男 女	毎週木曜日	10時～10時50分	港北スポーツセ ンター	港北スポーツセ ンター	045-544-2636	不要	500円	当日先着受 付
ズンバ	16歳以上の男 女	毎週木曜日	19時～19時50分	港北スポーツセ ンター	港北スポーツセ ンター	045-544-2636	不要	500円	当日先着受 付
ナイトヨガタイム	16歳以上の男 女	毎週木曜日	20時～20時50分	港北スポーツセ ンター	港北スポーツセ ンター	045-544-2636	不要	500円	当日先着受 付