

さんちゃん健康サークル を募集します



おおむね65歳以上で構成する10人以上の団体・グループで、
おおむね月1回以上「さんちゃん健康体操」を行う団体を「さんちゃん健康
サークル」として認定登録します。

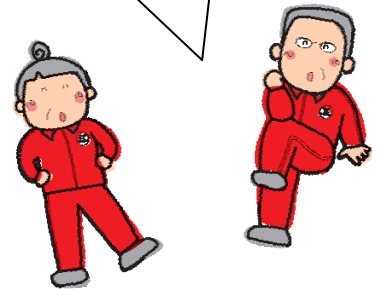
1 登録します

認定票兼計画書（様式1）に参加者名簿を添付して市に提出します。（毎年度1回）

2 受け取ります

- ◆ さんちゃん健康体操カード・・・毎年度人数分
く以下、各サークルに1回配布するもの>
- ◆ さんちゃんスタンプ、スタンプ台・・・各1個
- ◆ DVDまたはビデオ・・・・・・・・・・・・1枚（本）
- ◆ さんちゃん健康体操のぼり旗など・・・1本

みんなでいっしょに
体操しよう！



3 体操して報告します

年3回4か月ごとに、実績報告書（様式2）を市に提出します。

- ◆ 4・5・6・7 月分 → 8月12日まで
 - ◆ 8・9・10・11月分 → 12月10日まで
 - ◆ 12・1・2・3 月分 → 4月10日まで
- 毎年度末に市から参加者への「努力賞」をお渡しします。

さんかするほど
ちゃんと健康！

4 保険・その他

- ◆ 体操の指導が必要な場合は、ご相談ください。
- ◆ 希望するサークルには、市が保険に加入します。
- ◆ DVDプレーヤーやビデオデッキは、各サークルでご用意ください。
- ◆ DVD等やのぼり旗などは、各サークルで保管してください。
- ◆ サークルには、栄養・口腔講座、認知症予防啓発講座、体力測定の実施を別途ご案内する予定です。



三条市 高齢介護課 高齢福祉係

電 話 34-5511（内線256）

ファクス 32-0028