



令和5年度
～生涯現役！シルバー世代もっとパワーアップ企画～
【シニアの為の体力測定会】第1弾

昨年度、ティップネス蒲田店で開催し
大好評だった体力測定会を今年度も開催します！
この機会に体力測定会で自分の体をチェックしませんか？

日時：令和5年7月5日(水) 13:00～15:00 場所：ティップネス蒲田店 大田区蒲田5-28-8

※JR蒲田駅、京急蒲田駅から徒歩7分

対象：大田区民 ※運動に差し支えのある既往症がある方や医師から運動を制限されている方は参加をご遠慮ください。

参加費：無料 定員：30名

募集期限 令和5年6月14日(水) 必着

測定後に介護予防運動指導員から
日頃からできる簡単な運動も紹介してもらえます！



応募方法：センターへ電話、郵送、

FAX (03-3734-0722) または
センター窓口に持参

その他：①応募者多数の場合は抽選になります。

抽選の場合、当選した方にのみ
案内文と承諾書（※記入のうえ、
当日に提出）をお送りいたします。

②グループ（複数人）での応募可。そ
の場合、抽選はグループ毎になります。

問合せ：大田区シルバー人材センター

担当北澤 TEL03-3739-6666

第1回運動教室は7月19日(水)
開催予定です。

詳細は来月の「いきいき人生」の
同封チラシをご覧ください。

きりとりせん

応募用紙

体力測定会/ミニセミナー

参加者①	会員番号 ※会員のみ		氏名	
	住所	大田区	電話	
参加者②	会員番号 ※会員のみ		氏名	
	住所	大田区	電話	

※3名以上で参加の場合はコピーしてお使いください。