

令和7年度「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業一覧（1回50ポイント）

※記載の内容は、追加、中止等変更となる場合がございます。ご了承ください。

●開催イベント

※対象イベントにつきましては、開催前に「からだカルテ」等にて周知いたします。

| 事業名 | 担当 |
|----------------------|------------|
| 歯の健康フェア | 保健センター |
| 健康生活セミナー | |
| 歯と口の健康づくり講演会 | |
| こころの健康セミナー | |
| ノルディックウォーキング | 文化・スポーツ振興課 |
| 元気・健康フェア | |
| シニア元気塾 | |
| ふじみ野市生誕20周年スポーツフェスタ | |
| 健康いきいきウォーキングパトロール講習会 | 危機管理防災課 |

●定例講座

※申込方法、参加費・参加要件等をお知りになりたい場合は、プログラムを実施する施設にお問い合わせください。

| 講座名 | 担当 |
|--------------|---|
| ピラティス入門 | 上野台体育館トレーニング室 住所：福岡 1-1-1 市役所第 4 庁舎 1 階 電話番号：049-262-9048 ホームページ |
| リフレッシュヨガ | |
| ライフ塾 | |
| 初めてのフラ | |
| シニア脳トレ健康体操 | |
| 健康体操 | |
| エゴスキュー | ふじみ野市立産業文化センター 住所：うれし野 2-10-48 電話番号：049-269-4811 ホームページ |
| フラメンコ教室 | |
| 日曜筋膜リリース教室 | ふじみ野市立市民交流プラザ（フクトピア） 住所：福岡 1-2-5 電話番号：049-264-7971 ホームページ |
| 火曜筋膜リリース教室+α | |
| 足ほぐし健康教室 | |