

●●● 対象者 ●●●

おおむね65歳以上の市民の方 35名まで（先着順）
ただし、次の方は利用できません。

- ・ 要介護認定を受けている方（要支援は可）。
- ・ 現在、利用希望クラブの会員の方（休会中も含む）
- ・ 医師から運動を禁止されている方
- ・ これまでに本事業を利用された方
- ・ 3か月継続できない方

●●● 利用期間 ●●●

令和7年（2025年）5月～7月

【申込み】4月4日（金）～4月14日（月）

※後期は10月～12月を予定しております。詳細はチラシ（8月発行予定）をご覧ください。

●●● 利用額 ●●●

1か月ごとに、自己負担金をお支払いいただきます。

※クラブにより、利用額が異なります。

●●● 利用方法 ●●●

申込み

- ・ 利用したいスポーツクラブを選ぶ（中面一覧参照）。
- ・ 市民健康課窓口に「利用申込書」を持参（代理の方でも可・郵送不可）。

利用決定

- ・ 「参加証はがき」が自宅に郵送で届く。

利用開始

- ・ 「参加証はがき」と自己負担金を持参し、利用開始日にスポーツクラブに行く。
- ・ 各クラブの指定された日、または予約をした日に通う。

●●● 注意事項 ●●●

- ・ いずれかのスポーツクラブを3か月間利用できます。
- ・ 利用期間中に、要介護認定を受けた、または市外に転出された場合は、利用中止となります（そのまま、継続された場合の利用料金は、全額自己負担となります）。
- ・ 利用期間終了後、継続を希望される場合は入会金が必要になる場合があります。
- ・ 市の補助金額は5,000円/月ですが、各クラブによって割引率が異なります。



運動を習慣に取り入れて
心身ともに健康に過ごしましょう
ぜひ、ご利用ください !!



問合せ先 鎌倉市役所 市民健康課 ☎ 0467-61-3977(直通)