

いつでも どこでも



こう!!



1000万歩達成!!
おめでとうございます

1000万歩・5000万歩
達成祝福



シニアウォーキング
講習会

尼崎市では、
65歳以上の方を対象に、
ウォーキングを
奨励する事業として
「いきいき100万歩運動事業」
を実施しています。

事業への登録
及び参加は無料です



体力測定&
体組成測定

65歳以上の市民の皆様で、すでにウォーキングを
されている方、これから始めようと考えておら
れる方に、ウォーキングの歩数を記録する
ためのオリジナル「いきいき100万歩運動
貯筋通帳」を進呈いたします!!



特典1

みごと、100万歩達成された方には、記念品として、スポーツキャップを進呈しています!!

100万歩達成!!



特典2

200万歩、500万歩達成者にも記念品を贈呈し、1000万歩・5000万歩を達成された方には市長表彰があります!!
(1000万歩達成以降500万歩ごとにも記念品あり)

特典3

この他、ウォーキングや健康づくりの専門家を招いての講習会、各種測定会などを開催しています。

★申し込み受付はこちらまで (介護保険被保険者証をご持参ください)

尼崎市包括支援担当 TEL 6489-6356 / FAX 6489-6528
月～金・午前9時から午後5時30分まで ただし、祝日・年末年始を除く
尼崎市立総合老人福祉センターほか4カ所の老人福祉センター

詳しい場所 ● 受付時間の詳細は裏面をご覧ください

各老人福祉センター案内

- 開館時間/午前9時～午後5時30分
- 各施設には、スロープ・自動ドア・トイレ・点字案内板等の身障者設備が完備されています。

尼崎市立総合老人福祉センター

所在地 ● 〒660-0892
 尼崎市東難波町4丁目9番25号
 連絡先 ● Tel 6489-1112
 Fax 6489-1135
 休館日 ● 日曜日・祝日・年末年始
 交通の便 ● 阪神バス「東難波町4丁目」下車
 南西へ徒歩3分



尼崎市立老人福祉センター

鶴の楽園

所在地 ● 〒661-0953
 尼崎市東園田町6丁目91番地の2
 連絡先 ● Tel/Fax 6491-1085
 休園日 ● 水曜日・祝日・年末年始
 交通の便 ● 阪神バス「阪急園田」下車
 北東へ徒歩6分
 園田東中学校東側



尼崎市立老人福祉センター

千代木園

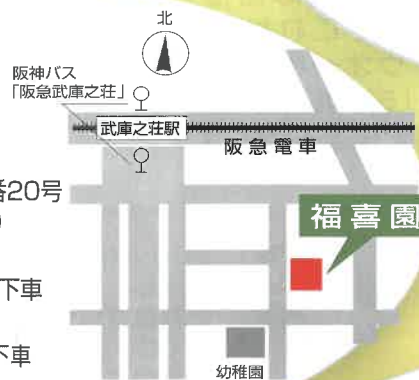
所在地 ● 〒660-0064
 尼崎市稲葉荘2丁目24番5号
 連絡先 ● Tel/Fax 6417-9162
 休園日 ● 月曜日・祝日・年末年始
 交通の便 ● 阪神バス「稲葉荘2丁目」下車
 南西へ徒歩5分
 阪神バス「武庫大橋」下車
 北へ徒歩5分



尼崎市立老人福祉センター

福喜園

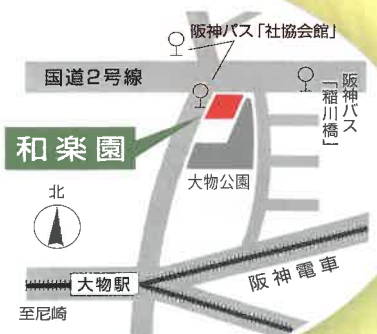
所在地 ● 〒661-0033
 尼崎市南武庫之荘1丁目7番20号
 連絡先 ● Tel/Fax 6436-6230
 休園日 ● 金曜日・祝日・年末年始
 交通の便 ● 阪急電車「武庫之荘駅」下車
 南東へ徒歩5分
 阪神バス「阪急武庫之荘」下車
 南東へ徒歩5分



尼崎市立老人福祉センター

和楽園

所在地 ● 〒660-0828
 尼崎市東大物町1丁目1番3号
 連絡先 ● Tel/Fax 6488-2485
 休園日 ● 木曜日・祝日・年末年始
 交通の便 ● 阪神バス「社協会館」下車
 阪神バス「稲川橋」下車
 西へ徒歩3分



※ 令和5年10月以降改修工事が予定されています。