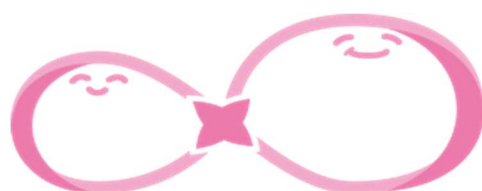


令和7年度

募集案内

シニアフィットネス習慣普及事業

65歳以上の市民の方を対象に、
フィットネスクラブ利用料金の
一部を補助します。
健康のために一汗流してみませんか。



100年を生きる。
千葉市



元気な毎日、笑顔の毎日のために

フィットネスクラブで健康づくりを始めませんか

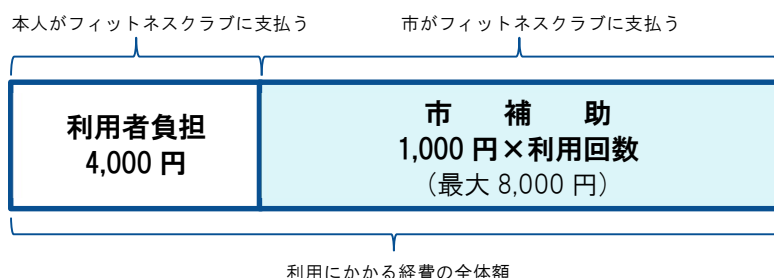
◎シニアフィットネス習慣普及事業とは

市指定のフィットネスクラブを初めて利用する際に、料金の一部を市が補助します。マシントレーニング、エアロビクス、水中ウォーキング等、フィットネスクラブの運動メニューを利用し、ご自身の興味や体力に合わせて運動します。

◎フィットネスクラブ利用料

利用者負担額 4,000 円 / 2 か月間で 8 回まで利用できます。

※途中でフィットネスクラブの利用をやめた場合でも、返金はありません。



※コナミスポーツ・ルネサンスをご利用される方へ
利用料のお支払いは、クレジットカード、電子マネー等のみとなります（現金利用不可）。お支払い方法についての詳細は、各クラブに直接お問い合わせください。

◎対象となる方

市内在住(住民登録のある方)の 65 才以上で、要介護・要支援認定を受けていない方

※この事業のご利用は、4 年度に 1 回限りです（令和 4 年度以降にご利用のある方は対象外）。

※次に該当する方は対象から除きます。

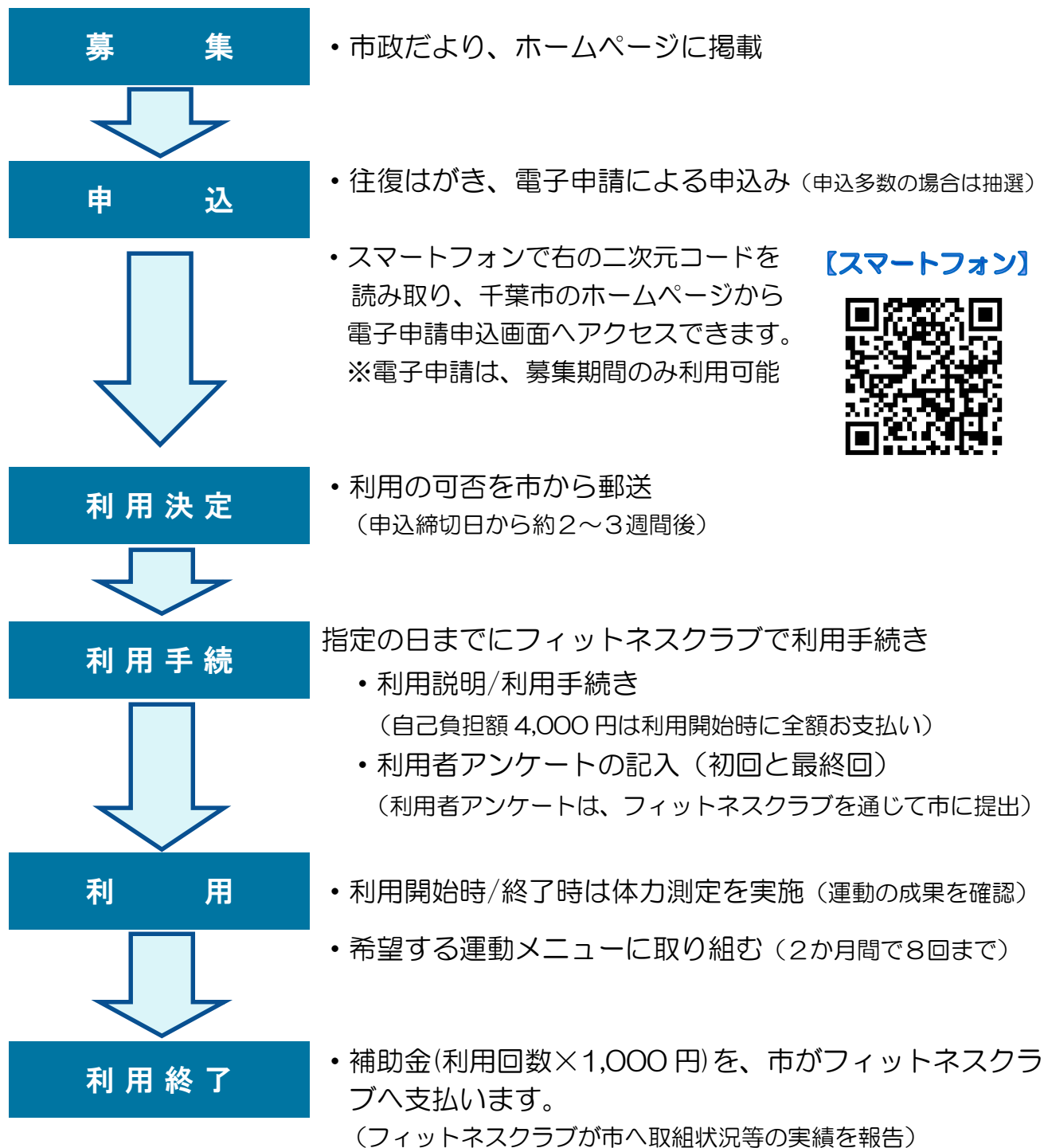
- (1) 医師から運動を禁止されている方
- (2) すでに申込希望のフィットネスクラブの会員の方
- (3) ご自身で通うことができない方、ご自身でフィットネスクラブでの活動ができない方

◎日程・申込み方法

日 程	市政 だより	申 込 期 間	申 込 方 法
第 1 期 (6 月～7 月)	4 月号	4 月 1 日～4 月 30 日	1 必要事項を記載して、往復はがきで申込 【必着】申込期間の最終日まで 【必要事項】 氏名（フリガナ）、住所、電話番号、 生年月日、希望するフィットネスク ラブ（1 つのみ） 【宛先】〒260-8722 中央区千葉港 1-1 千葉市健康推進課 2 市ホームページから電子申請も可 千葉市 シニアフィットネス で検索 次ページの二次元コードからも可能
第 2 期 (9 月～10 月)	7 月号	7 月 1 日～7 月 31 日	
第 3 期 (11 月～12 月)	9 月号	9 月 1 日～9 月 30 日	
第 4 期 (1 月～2 月)	11 月号	11 月 1 日～11 月 28 日	

※日程は変更になる可能性がありますので、市政だより、市ホームページ等にてご確認ください。

◎ご利用の流れ



利用終了後も、フィットネスクラブや自宅で運動を継続して、運動習慣を定着させましょう。

【問い合わせ】

〒260-8722

千葉市中央区千葉港 1 番 1 号

千葉市健康推進課

TEL : 043-245-5146

利 用 で き る フ ィ ッ ト ネ ス ク ラ ブ 一 覧

※営業時間について 詳しくは各クラブにお問い合わせください。

施 設 名	所 在 地	各 ク ラ ブ か ら 一 言 ！
セントラルフィットネスクラブ千葉 ☎043-243-8800	中央区新町 18-14	始めるなら今がチャンスです！ 楽しく運動習慣を身につけて元気な毎日を実現しましょう！
ティップネス 蘇我 ☎043-209-5121	中央区川崎町 50-2	ジム・プール・ジャグジー・スタジオ・お風呂・サウナと総合型クラブとして色々な運動のご提案とサポートを致します。毎日明るく！元気に！過ごせるように一緒に頑張りましょう！
セントラルフィットネスクラブ24 蘇我 ☎043-261-3715	中央区南町 2-6-10	2019年6月OPENの「コンパクト」で「使いやすい」キレイなクラブです。マシンジムやプール、スタジオで楽しく体を動かしましょう！
スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス幕張 24 ☎043-296-7750	花見川区幕張町 4-544-41	生きがい創造企業として、お客様に健康で快適なライフスタイルを提案します。ルネサンスで「カラダ」と「ココロ」を満たしてください！
コナミスポーツクラブ稲毛 ☎043-287-0600	稲毛区小仲台 1-4-20 イオン稲毛店 4階	プール、スタジオ、マシンジムを利用して無理なく運動を始められます。同世代の方と楽しく運動しましょう。
スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス稲毛 24 ☎043-255-1006	稲毛区小仲台 1-1-15	生きがい創造企業として、お客様に健康で快適なライフスタイルを提案します。ルネサンスで「カラダ」と「ココロ」を満たしてください。
セントラルウェルネスクラブ長沼 ☎043-215-2615	稲毛区長沼町 330-50 ワンズモール 3階	楽しく運動を始めましょう！プール、マシン、HOT スタジオなどお好きなメニューを選べます！運動が終わった後は、ゆっくり3種類のスパでリラックスしましょう！
コナミスポーツクラブ都賀 ☎043-234-0126	若葉区都賀 3-11-1	プール、スタジオ、マシンジムを利用して、無理無く運動を始められます。運動後はゆっくり充実した温浴施設で疲れを癒しましょう。
スポーツクラブ NAS おゆみ野 ☎043-291-2811	緑区おゆみ野 5-43-2	無理のない範囲から始めましょう。大切なのは「継続」することです。 気の合う仲間を見つけて一緒に続けてみましょう！
スポーツクラブ&サウナ ルネサンス土気あすみが丘 ☎043-294-0450	緑区あすみが丘 1-18-1	生きがい創造企業として、お客様に健康で快適なライフスタイルを提案します。ルネサンスで「カラダ」と「ココロ」を満たしてください！
ヴェルディススポーツプラザおゆみの ☎043-291-5553	緑区おゆみ野中央 4-17-2	気軽に体を動かしてみましょう！ プール、ジム、スタジオなどでお好きな運動をスタッフのサポートで安心して行えます。
セントラルフィットネスクラブ稲毛海岸 ☎043-278-4747	美浜区高洲 3-23-2	プール、ジム、スタジオ、スカッシュ、ゴルフ、その他多くの運動がお楽しみいただけます。この機会に運動習慣を身につけましょう！

※セントラルフィットネスクラブ千葉みなと は閉店のため、令和7年度から利用ができませんのでご了承ください。