

【令和6年度 かすかべ健チャレスタンプカード対象催し】

検(健)診名	内 容				問い合わせ先
健康診査 がん検診 歯周病検診	市で実施している検(健)診、任意での検(健)診、どちらも対象となります。 健康診査、肺がん・結核検診、大腸がん検診、胃がん検診(X線または内視鏡)、乳がん検診、子宮がん検診、歯周病検診などが対象となります。				
催し名	内 容	対象者	実施日	掲載先	
藤まつり	第43回春日部藤まつりに参加し、コバトンALKOOマイレージボーナスポイント1500ポイントをプレゼント。 ※ボーナスポイント付与は、1人1回まで。後日付与は不可。	コバトンALKOOマイレージに参加している市内在住者	4月28日(日) 10:30~16:00 雨天時 4月29日(月・祝日)	・広報4月号 ・藤まつりパンフレット ・チラシ	
体力測定会	体力測定を実施後、運動や食事など日々の健康づくりを6か月間実施し、習慣化に取り組む。	18歳以上~74歳以下の 市内在住・在勤・在学者 (小学生は保護者同伴) ※4日間参加可能な人のみ	6月16日(日) 7月28日(日) (希望者のみ) 9月18日(水) 10月20日(日) 12月22日(日)	・広報5月号 ・市公式ホームページ ・チラシ	
ウォーキング教室	楽しく効果的にウォーキングを継続するための方法を学ぶ教室。	市内在住者	詳細は広報5月、10月号をご確認ください	・広報5月、10月号 ・チラシ	春日部市保健センター 048-736-6778
(一般)骨密度測定会	踵(かかと)で測る骨密度測定、結果説明。 希望者に栄養相談。	お誕生日が偶数月(4月、6月、8月、10月、12月、2月)で、20歳以上の市内在住者	詳細は右記案内をご確認ください ※申し込み時の混雑緩和のため、一般枠は誕生日で申し込みを分けています	・広報5月号、6月号、9月号、10月号 ・市公式ホームページ	
若年女性のための骨密度測定会				・広報9月号 ・市公式ホームページ	
生活習慣病予防教室	毎回テーマを設け、保健師や管理栄養士による講話、健康運動指導士による運動実技、調理実習を通じて、健康づくりについて楽しく学ぶ教室。 運動編(健康講話、運動実技) 栄養編(栄養講話、調理実習)	20~64歳までの市内在住者 ※コース制の回は、3日間参加可能な人のみ	詳細は、右記案内をご確認ください	・広報5月号、10月号、11月号、1月号 ・市公式ホームページ ・生活習慣病予防教室チラシ	
健康フェア	健康に関する各種測定や講話など、健康に関して楽しく学び体験できるイベント	市内在住・在勤・在学者	12月7日(土) 12月8日(日)	・広報11月号 ・市公式ホームページ ・健康フェアチラシ	
いきいき学級	健康にいきいきと過ごすための学習や運動などの講座	市内在住・在勤・在学者	令和6年度中2回程度(1回のみ参加も可)	・公民館だより「豊春」	豊春市民センター 048-754-0942
たけさとカフェ	気軽な雰囲気、1つのテーマについて学ぶ	市内在住・在勤・在学者	毎月第3金曜日 14:00~16:00	・公民館だより「武里」	武里市民センター 048-735-3004
スポーツ広場	体育室をバドミントン・卓球の会場として開放し、スポーツを通じて健康増進を図ると共に地域住民の交流を深める	市内在住	毎月(第1・第3日曜日、第2土曜日)	・公民館だより「ふじの里」	
こうまつ史跡めぐり	地域住民に、市内の歴史を学ぶ機会を作り、郷土への理解や関心を深めてもらう。また、参加者同士のコミュニケーションをとる機会とする。	成人一般	令和6年5月16日(木)	・公民館だより「ふじの里」	幸松市民センター 048-752-6065
第70回幸松地区体育祭	地区内住民が気軽に参加できる、地域をあげての体育・レクリエーションの祭典で、住民が主体となって開催し、健康と体力の向上及び親睦を図り健全な地域の発展をめざす。	幸松地区内住民	令和6年10月13日(日) 予備日:令和6年10月14日(月・祝)	・公民館だより「ふじの里」	
運転免許証の自主返納	「申請による運転免許の取消し通知書」や「運転経歴証明書」をくらしの安全課窓口へ持参	市内在住者 ※運転免許証の自主返納後1回を限りに付与	通年	・広報	・くらしの安全課 048-736-1126 ・運転免許の自主返納及び運転経歴証明書について 春日部警察署 048-734-0110(代表)
元気アップ教室	介護予防に取り組み、健康寿命を延ばす教室	概ね65歳以上の市内在住者	令和6年5月~令和7年1月	・広報5月号、6月号、9~11月号 ・市公式ホームページ	
健康づくりいきいき運動研修会	筋力運動や体操を行い、健康維持を図る研修会	概ね60歳以上の市内在住者	令和6年5月~令和7年2月	・広報5月号、6月号、9~11月号 ・春日部市いきいきクラブ連合会機関紙「いきいきクラブ」	高齢者支援課 長寿企画担当 048-736-1114
体力測定会	自身の体力を知り、介護予防に繋げる体力測定会	60歳以上の市内在住者	令和6年9月~令和6年11月	・広報9~11月号 ・春日部市いきいきクラブ連合会機関紙「いきいきクラブ」	

催し名	内 容	対象者	実施日	掲載先	問い合わせ先
健康脳トレ塾	そらまめ体操、認知症予防のための脳トレ、口腔機能向上等に関する講義と実技	概ね65歳以上の市内在住者	1コース8回 年6会場	・広報 ・市公式ホームページ ・そらまめ手帳	介護保険課 地域支援担当 048-736-1119
介護予防講演会	医師や歯科医師、薬剤師、理学療法士、管理栄養士等による講演会	概ね65歳以上の市内在住者	年10回	・広報 ・市公式ホームページ ・そらまめ手帳	
そらまめ体操	春日部独自の介護予防体操	概ね65歳以上の市内在住者	市内11カ所の会場で実施	・広報 ・市公式ホームページ ・そらまめ手帳	
春日部えんJOYトレーニング	調節可能なおもりを使った運動	概ね65歳以上の市内在住者	毎週1回	・広報 ・市公式ホームページ ・そらまめ手帳	
運動教室	生活習慣改善を目的に運動の実技や健康に関する講話	国民健康保険加入者(40~74歳)	未定 (令和6年秋以降に3回)	・広報 ・市公式SNS	国民健康保険課 国保給付担当 048-796-8645
救命講習会	救命に関する講習	・普通救命講習会参加者 または上級救命講習会参加者	毎月2回程度	・広報 ・市公式ホームページ	消防本部警防課 救急救助担当 048-738-3118
彫刻清掃ボランティア	屋外彫刻の水洗いとワックスかけ作業	活動日現在、市内在住・在勤・在学者 (18歳未満の方は保護者の承諾、中学生以下の方は保護者の同伴が必要)	令和6年9月 令和7年3月	・広報8月号、2月号 ・芸術文化ポータルサイト	社会教育課 048-739-6807
健康づくりのつどい	春日部市発祥の軽スポーツ「フラバレーボール」を中心に行うスポーツ教室。市内7地区で各地区7回程度開催予定。	小学4年生以上の市内在住・在勤・在学者(小学生は保護者同伴)	令和6年5月~10月頃	・広報 ・市公式ホームページ	スポーツ推進課 048-739-6812
地域巡回スポーツ教室	地域のニーズに合わせた様々なスポーツが体験できるスポーツ教室。市内7地区で各地区4回程度開催予定。	小学4年生以上の市内在住・在勤・在学者(小学生は保護者同伴)	令和6年10月~12月頃	・広報 ・市公式ホームページ	
親子スポーツ教室	親子でスポーツを楽しみながら、音楽に合わせて踊ったり、様々な運動をして、親子でのコミュニケーションを図ることができる教室	市内在住の3歳以上の未就学児とその保護者	令和6年5月~6月頃の土曜日	・広報 ・市公式ホームページ	
楽しく軽スポーツ体験教室	ミニテニスやポッチャ、ユニカールなどさまざまな軽スポーツを仲間と楽しく体験することができる教室	小学生以上の市内在住・在勤・在学者(小学生は保護者同伴)	令和6年9月~10月頃の木曜日	・広報 ・市公式ホームページ	
健康いっぱい球技教室	ミニテニスやさいかつぼーる、フラバレーボールなどさまざまな球技を仲間との交流を深めながら楽しく体験することができる教室	18歳以上の市内在住・在勤・在学者	令和6年10月~11月頃の火曜日	・広報 ・市公式ホームページ	
楽しくドッジボール教室	子どもたちの投力向上、運動の継続化、体力向上を図るため、ドッジボールを中心に活動し、保護者を含め、皆で共に汗を流しながら交流を深めることができる教室	市内在住・在学の小学生とその保護者	令和6年10月~11月頃の土曜日	・広報 ・市公式ホームページ	
健康エアロビクス&いろいろなエクササイズ教室	さまざまな音楽に合わせてダンスやエアロビクス、エクササイズを行い、年齢や経験を問わず、楽しむことができる教室	18歳以上の市内在住・在勤・在学者	令和7年1月~2月頃の金曜日	・広報 ・市公式ホームページ	
健康スポ・レクフェスタ2024	様々な軽スポーツ・ニュースポーツの体験を通して、市民の健康増進、体力向上及び地域住民の交流を推進するイベント	市内在住・在勤・在学者	令和6年8月頃	・広報	