

【令和7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 特定保健指導 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、特定保健指導、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。				春日部市保健センター 048-736-6778	
催し名	内 容	対象者	実施日	掲載先	問い合わせ先	
藤まつり	第44回春日部藤まつりに参加し、コバトンALKOOマイル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マイルージに参加している市内在住者	4月27日（日） 10：30～16：00 雨天時 4月29日（火・祝日）	・広報4月号 ・藤まつりパンフレット ・チラシ	春日部市保健センター 048-736-6778	
体力測定会	自身の体力を知り、健康づくりを進めるための体力測定会	市内在住者 詳細は市公式ホームページへ	令和7年9月頃～	・広報8月号 ・市公式ホームページ ・チラシ		
ふれあいウォーキング	ウォーキングを通じた地域のつながり作りの場。毎週決まった時間に、リハビリスタッフなどの医療・介護の専門職が準備体操や歩き方のアドバイスを実施。	どなたでも参加可	通年	・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月号、10月号 ・チラシ		
（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。	お誕生日が奇数月（1月、3月、5月、7月、9月、11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、一般枠はお誕生日が奇数月の方が対象となります。	・広報4月号、6月号、7月号、8月号、9月号、10月号、11月号、1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		20～60歳の女性		・広報2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6日（土） 12月7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7年度中2回程度（1回のみ参加可）	・公民館だより「豊春」		豊春市民センター 048-754-0942
お楽しみウォーキング	豊春地区公民館をスタートして、途中の史跡等で解説を行いながら7キロメートル前後のコースを歩く。	豊春地区居住者	令和8年3月	・公民館だより「豊春」		
武里地区体育祭	誰でも気軽に参加できる（武里地区在住）スポーツとレクリエーションの祭典	武里地区在住の方	10月12日（日）予定	・公民館だより「武里」	武里市民センター 048-735-3004	
こうまつ史跡めぐり	幸松地区内史跡の散策	成人一般	令和7年5月15日（木）	・公民館だより「ふじの里」4月号	幸松市民センター 048-752-6065	
健康講座	健康の維持管理に役立つ知識や方法を取得する講座	市内在住者	詳細は、公民館だよりをご確認ください。	・公民館だより「しょうわ」	庄和市民センター正風館 048-746-6666	
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	・市公式ホームページ	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	60歳以上の市内在住者	令和7年5月頃～ 令和8年1月頃（予定）	・広報 ・市公式ホームページ	高齢者支援課 長寿企画担当 048-736-1114	
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7年5月頃～ 令和8年2月頃（予定）	・広報 ・春日部市いきいきクラブ連合会機関紙「いきいきクラブ」		
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7年9月頃～ 12月頃（予定）	・広報 ・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、高齢期の栄養等介護予防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10回 年4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8回	・広報 ・市公式ホームページ ・そらまめ手帳	
そらまめ体操	市内12カ所の会場（予定）で春日部そらまめ体操ボランティア指導者による春日部市独自の介護予防体操を実施。	概ね65歳以上の市内在住者	週1回～2週間に1回程度	・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	地域の集会場等で養成講座を受講したサポーターを中心に調節可能なおもちゃを使った介護予防体操を実施	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7年秋以降）	・広報等	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 ・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7年9月 令和8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7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。	市内在住・在勤・在学者（会場ごとに異なる場合があります） （小学生は保護者同伴）	令和7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7年5月～6月頃の土曜日	・広報 ・市公式ホームページ	
健康いろいろエクササイズ教室	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6月～7月頃の水曜日	・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	18歳以上の市内在住・在勤・在学者	令和7年9月～10月頃の木曜日	・広報 ・市公式ホームページ	
はじめてみようソフトバレーボール教室	ソフトバレーボール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7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7年11月頃の土曜日	・広報 ・市公式ホームページ	
健康スポ・レクフェスタ2025	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7年8月頃	・広報 ・市公式ホームページ	