令和８年度

新規申込大募集!

シニアのための フィットネス教室

65歳以上の方の運動習慣のきっかけづくりに!
対象のフィットネスクラブを無料で体験できる利用券を交付します
（利用券利用可能期間　令和８年４月１日～令和９年３月１２日）

利用対象者
※①～④をすべて満たす方

① 過去に本教室をご利用でない方
② 区に住民登録のある65歳以上の方で、医師から運動制限を受けていない方
③ 各フィットネスクラブの利用規約を守れる方
④ 現在、対象のフィットネスクラブの会員でない方

下の表は令和８年11月時点です。
最新の情報は区HPよりご確認ください。

アーバンフィット24文京音羽店	音羽1-17-11花和ビル2F
エッセンシャルジム24茗荷谷	大塚3-1-6ラ・トゥール小石川 ※入口は1F
サーフィック小石川店	小石川3-1-7 エコービルⅡ1F
FASTGYM24白山店	白山1-33-21 白山田沢ビル4F・5F
スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス本駒込24	本駒込2-28-12
フィットネスクラブ東京ドーム	春日1-1-1 ラクーアビル7F
トリムボディ	本郷2-39-6 大同ビル7F
女性専用24時間ジム フィットリリーズ 茗荷谷駅前店	小日向4-6-19 共立会館 9F
ケースタジオ (K-Studio Conditioning & Medical Fitness)	関口1-13-12　武田ビルディング3F



申込は
令和８年12月11日
まで

申込方法
右のQRコードか
下記へ電話

お問合せ先
文京区高齢福祉課介護予防係
０３－５８０３－１２０９