

【和光市公式 LINE からの予約方法】

- ① メニューを開く／閉じる▼ を押す
- ② 予約 を押す

もしくは、ヘルシーライフスタイル教室参加の通知から



令和7年度
ヘルシーライフスタイル教室
(全6回)
参加者募集
運動と食事の専門家が
あなたの健康をサポートします！

令和7年度ヘルシーライフスタイル教室を開催！
運動と食事の専門家があなたの健康をサポートします！

日程

①11/4 10:00～11:45	②11/11 10:00～11:30
③11/18 10:00～11:30	④11/25 10:00～11:30
⑤12/2 10:00～11:45	⑥1/20 10:00～11:45

場所
和光市総合体育館サブアリーナ

対象
40～74歳の市民で原則全日程参加できる方

費用
無料

LINE 申込はこちら [詳細はこちら](#)

③ 申込前の確認事項



申込の前に

こちらではヘルシーライフスタイル教室の申し込みができます。

●以下の点をご確認の上、お申込みに進んでください。

- ・ 40歳～74歳の和光市民
- ・ 原則全6回参加できる方
- ・ 医師に運動制限の指導を受けている方は主治医へご相談ください
- ・ 申し込み多数の場合は抽選となります


日時等の詳細はこちら

3


申込に進む

中止する

④ 必要事項の入力



参加する方の氏名を教えてください。




参加する方の生年月日を教えてください。


Android端末の場合は
こちらから“年”の変更が可能です

2024年
1月5日(金)

生年月日を選択




1970年10月31日ですね。



参加する方の住所の郵便番号を教えてください。

選択

3510106



埼玉県和光市広沢ですね。

残りの住所を教えてください。

- 氏名
- 生年月日
- 住所
- 電話番号
- コバトン ALKOO マイレージ登録の有無

⑤ 申込内容の確認



申込内容の確認

氏名	和光花子
生年月日	1970年10月31日
郵便番号	351-0106
住所	埼玉県和光市広沢 1-5-51
電話番号	0484249128
ALKOO マイレージの有無	登録有り

これらの内容でよろしいでしょうか？


中止

修正

⑤

申込

⑥ 申込完了！



申込が完了しました。10月下旬ごろ参加決定通知を送付いたします。抽選となった場合は改めて電話へご連絡いたします。