

あ・し・た・で
65歳からの
明日をつくる



堺サンドイッチ
キャンパス

概ね65才以上の方が対象です

参加
無料



in泉北



堺まちなか ウォーキング

受付：泉北ラボ(元・高倉台西小学校)

受付時間/9:00~18:00 ※日曜日・祝休日を除く

初回の受付は
火・木・土曜日のみ

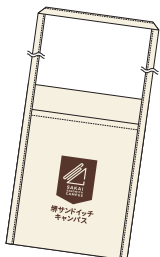
2024年3月28日(木)~5月13日(月)

ウォーキングでスタンプを集めてステキな賞品をプレゼント!

初

堺市在住
65才以上の方限定

1日参加で



オリジナル
ななめ掛け
バッグ
プレゼント!

※数に限りがございます

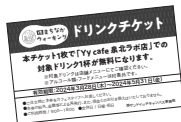
5

堺市在住
65才以上の方限定

5日参加で

泉北ラボ内のカフェ
「Yy Cafe」の
ドリンクチケットプレゼント!

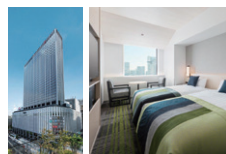
※先着300名様



5

5日参加で 誰でもご参加OK

抽選で素敵な賞品が当たる!



有名ホテル
ペア宿泊券



有馬温泉
日帰り招待券



大手
スポーツメーカー
2WAYポーチ

詳しくは裏面をご覧ください

※画像は全てイメージです。

お問合せ

堺サンドイッチキャンパス事務局
【ウェルビーイング阪急阪神】

06-6676-8010 (10:00~17:00 土日祝除く)

【主催】堺市 健康福祉局 長寿社会部 長寿支援課

【企画運営】阪急阪神ホールディングス株式会社・株式会社ウェルビーイング阪急阪神

● 参加方法 ●

初めての方

火・木・土いずれかの曜日に
泉北ラボの受付にお越しください。
スタンプシートをお渡しいたします。

※初回ご参加時に
参加票をお渡しいたしますので
必要事項をご記入の上ご提出ください。
参加票と引き換えでスタンプシートを
お渡しいたします。

2~4日目 (1日1回限り)

スタンプシートをご持参の上
ご自身でスタンプを押してください。

ウォーキングへ出発!

各自お好きなルートで
ウォーキングにお出かけください。

ゴールの設定はありませんので
ご自分の体力や体調に合わせて
ウォーキングをお楽しみください。

5日目

あらかじめご自宅で応募用紙に
必要事項をご記入ください。
5日目のスタンプ押印後
アンケートをご記入の上
受付スタッフにお渡しください。

参加特典もたくさん!

初回参加特典 堺市在住
65才以上の方限定
オリジナル
ななめ掛けバッグプレゼント。

5回参加特典 堺市在住
65才以上の方限定
泉北ラボ内のカフェ「Yy Cafe」
のドリンクチケット
※アンケートにご協力をお願いします。

5回参加特典 誰でもご参加OK
素敵な賞品が当たる抽選に
ご応募いただけます。

健康のためにも、期間中何巡でもご参加ください! (1日1回限り)

● Q & A ●

Q ウォーキングを終える時、
どこかに集合する必要はありますか?

A 集合やご連絡等の必要はありません。お好きな
ところで終えていただき、その場でご解散ください。

Q 堺市外に住んでいても参加できますか?

A ウォーキング、抽選会はどなた様でもご参加いただけます。
ただし、オリジナルななめ掛けバッグとドリンクチケットの
プレゼントは堺市在住65才以上の方に限ります。

堺サンドイッチキャンパス 春のフェスタ開催! 無料 3/25(月) 受付開始

2024.4.21(日) 10:30~16:00
会場:ビッグ・アイ(国際障害者交流センター)
最寄駅:泉北高速鉄道 泉ヶ丘駅

65歳以上が主役の健康と趣味のお祭り!
いつまでも健康で、楽しく元気に暮らすために、気軽に受けられ
る健康計測や趣味の教室の体験会を実施します。
予約優先プログラムの他、予約なしで参加できるプログラムも!



予約優先プログラム

- ◆憧れのオペラ&ボイストレーニング体験
- ◆楽しく姿勢改善! エゴスキュー教室
- ◆コーヒーのハンドドリップ体験
- ◆はじめてのハンドケア教室 ◆脳の健康チェック



予約優先プログラムお申込み
左記二次元コードもしくは
☎06-6676-8010 (10:00~17:00・土日祝除く)



あ・したで 65歳からの 明日をつくる
**堺サンドイッチ
キャンパス**

堺市の介護予防プロジェクト『堺サンドイッチキャンパス』では、
多彩なテーマの本格的な学びの教室を開催しています。



イベント情報
が届きます

▲▲▲ 受付

泉北ラボ(元・高倉台西小学校) 泉北高速鉄道 泉ヶ丘駅

時間 / 9:00~18:00 ※日曜日・祝休日を除く。

初回の受付は火・木・土曜日のみ

○感染症等の予防対策は各自でお願いいたします。 ○各施設や交通ルールをお守り
の上ご参加ください。 ○各施設の休館日・営業時間などは各自でお調べください。
○万が一、事件、事故が発生しても一切責任を負いかねます。 ○気象状況、感染症の
拡大によっては開催を中止する場合があります。 ○歩きやすい服装でお越しください。
○屋外でのイベントのため、熱中症予防対策をお願いいたします。



大阪府堺市南区高倉台1丁2-1
シェアタウン泉ヶ丘ネクストD 棟2