

東久留米市



活用説明会

内容

東久留米市健康づくり応援アプリ「るるめナビ」のダウンロードや、プロフィール登録などをお手伝いします。日々の生活での活用方法を講師と楽しく学びましょう。



市ホームページ

対象

おおむね60歳以上のスマートフォン初心者の方

持ち物

スマートフォン、筆記用具



日程・開催場所

裏面をご覧ください

講師と一緒にできるから安心

時間

午後2時～（所要時間：2時間程度）

丁寧な資料付き！

申し込み方法

申し込みフォーム または 電話で健康課まで



042-477-0022



東久留米市健康課保健サービス係

令和8年度 るるめナビ活用説明会 開催日程

開催日	開催場所	開催日	開催場所
● 6月 3日(水)	東久留米市役所 本庁舎	12月 9日(水)	東久留米市役所 本庁舎
6月24日(水)	東部地域センター	● 12月16日(水)	わくわく健康プラザ
7月 1日(水)	東久留米市役所 本庁舎	● 令和9年1月20日(水)	東久留米市役所 本庁舎
● 7月 8日(水)	わくわく健康プラザ	● 2月 3日(水)	東久留米市役所 本庁舎
9月 2日(水)	南部地域センター	2月10日(水)	生涯学習センター
● 9月16日(水)	東久留米市役所 本庁舎	3月 3日(水)	東久留米市役所 本庁舎
● 10月 7日(水)	東久留米市役所 本庁舎	◎ 3月10日(水)	南部地域センター
◎ 10月28日(水)	南部地域センター	● 3月24日(水)	わくわく健康プラザ
● 11月11日(水)	東久留米市役所 本庁舎		

●印の開催日は、東久留米市健康づくり推進員による健康まめ知識をお伝えするコーナー付き!!

◎印の開催日は、ウォーキング教室と同時開催(集合時間等詳細は広報でお知らせします)

*開催日ごとに開催場所が異なりますので、お間違えのないようお申し込みください。

*開催日や開催場所等が急遽変更となる可能性があります。

開催場所地図

