

「障がい者スポーツ教養文化講座」

かすがいし



座ってできる体操教室

足が不自由な方も椅子に座ったまま、楽しく簡単に取り組むことができるストレッチや頭の体操、筋力トレーニングなどを専門のインストラクターが指導してくれます。

日時： 令和5年1月14日、21日、28日、2月11日 <土曜日・全3回>
午前10時から午前11時まで

場所： 春日井市福祉文化体育館（音楽室）

対象： 障がい者とその介助者

定員： 10名（先着順）

持ち物： 運動しやすい服装、上靴、タオル、水分補給用の飲み物

参加費： 無料

申し込み： 12月6日（火）午前10時より受付を開始します。

直接か電話、FAXで申し込み

※広報春日井12月号・春日井市社会福祉協議会ホームページに掲載

問い合わせ： 春日井市福祉文化体育館



84-2611

FAX

84-3933



----- 切り取り線 -----

「座ってできる体操教室」 申込書

フリガナ 氏名	年齢	歳	性別	男・女
住所	〒 ー			
電話番号 (緊急連絡先)	職業または所属 (学校名・学年)			
障がい名				
手帳の種類と等級	身体障害者手帳(級)・療育手帳(判定)・精神障害者保健福祉手帳(級)			