

# 元気パワーアップ運動教室

日時

令和7年 2月5日、12日、19日、26日  
(水曜日・全4回) 午前10時～午前11時30分



対象

市内在住の60歳以上の人、または障がい者

内容

ストレッチやタオル、ボールを使った軽運動、  
コグニサイズなど

講師

春日井市スポーツ・ふれあい財団 健康運動指導士

定員

25人 (定員を超えた場合は抽選)

持ち物

運動のできる服装、タオル、水分補給用飲み物

受講料

1,000円 (障がい者は障がい者手帳の提示で無料)

申込み

往復はがき、またはメールにて

①講座名 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号  
⑥障がいの有無

上記①～⑥を記入してお申込みください。



《 1月14日 (火)必着 》



《 申込先 》



〒486-0857 春日井市浅山町1丁目2番61号  
春日井市総合福祉センター

電話(0568)84-3611 FAX(0568)84-3933

メールアドレス soufuku\_kouza@haru-syafuku.or.jp

## 申し込み方法

### ○往復はがき

下の記入例を参考に必要事項をご記入の上、総合福祉センターまで送ってください。

<p>85 往信</p> <p>486-0857 春日井市浅山町1-2-61</p> <p>総合福祉センター行</p> <p>□□□□□□</p>	<p>返信裏</p> <p>何も記入しないで ください</p>	<p>85 返信</p> <p>□□□□□□</p> <p>あなたの氏名</p> <p>あなたの住所</p> <p>□□□□□□</p>	<p>往信裏</p> <p>①講座名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤性別 ⑥電話番号 ⑦障がいの有無</p>
---	-------------------------------------	--	--

### ○メール

下の内容を記入の上、下記アドレスまで送ってください。

- |           |         |
|-----------|---------|
| ①講座名      | ⑤性別     |
| ②住所       | ⑥電話番号   |
| ③氏名(ふりがな) | ⑦障がいの有無 |
| ④年齢       |         |



こちらのQRコードからも  
送信できます

メールアドレス: [soufuku\\_kouza@haru-syafuku.or.jp](mailto:soufuku_kouza@haru-syafuku.or.jp)

### 問い合わせ先

社会福祉法人 春日井市社会福祉協議会  
春日井市総合福祉センター

〒486-0857 春日井市浅山町1丁目2番61号

電話:(0568)84-3611 FAX:(0568)84-3933

メールアドレス: [soufuku\\_kouza@haru-syafuku.or.jp](mailto:soufuku_kouza@haru-syafuku.or.jp)



社協  
ホームページ

