

参加者
募集60歳からの健康体操講座
♪ 音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう ♪参加費
無料

(※会場までの交通費は自己負担)

日時 令和4年1月26日(水) 14:00~16:30

定員 20名
※申込多数の場合は選考させていただきます。

場所 駒ヶ根市総合文化センター 小ホール

講師 スポーツインストラクター
伊藤ゆかり先生募集期間 令和3年12月13日(月) ~ 令和4年1月14日(金)
※年末年始12/29~1/3は除く対象 60歳以上でシルバー人材センターに興味をお持ちの方、
シルバー人材センター未入会の方持ち物 室内用運動靴、フェイスタオル、
バスタオル(ある方はヨガマット)、飲料水
※運動のできる服装でお越しください。申込先 (公社)駒ヶ根伊南シルバー人材センター▶▶▶
ハローワーク伊那(伊那公共職業安定所)
駒ヶ根市 地域職業相談室

Tel. (0265)83-8184



※新型コロナウイルスの感染予防対策に十分配慮して開催いたしますが、場合によっては変更になる場合がございます。

令和3年度
高齢者活躍人材確保育成事業

60歳からの健康体操講座 参加申込書

駒ヶ根市会場

受講
番号

※

申込年月日	令和 年 月 日	(公社)長野県シルバー人材センター連合会長 行		受講 番号	※
フリガナ		性別		受付印	
氏名		男・女		※	
生年月日	昭和 年 月 日生	年齢	歳		
住所	(〒 -)				
連絡先	自宅		携帯電話		
シルバー 人材センターの 入会について	シルバー人材センターへ入会していただけますか? <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> 考え中				

ご記入いただきました個人情報は、高齢者活躍人材確保育成事業の目的以外に使用いたしません。
個人情報の取扱いにつきましては、「個人情報保護方針」(プライバシーポリシー)を(公社)長野県シルバー人材センター
連合会ホームページ等でご確認ください。参加申込書に記載された個人情報につきましては、お住いの地域のシルバー人材
センターからのご案内等をさせていただきます。上記の取扱いにご同意いただけましたら、下記欄のご署名欄に
自署をお願いいたします。

令和 年 月 日 署名

60歳からの健康体操講座

♪ 音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう ♪

令和4年

1月26日(水) 14:00 ~ 16:30

会場: 駒ヶ根市総合文化センター 小ホール

講習内容

13:30 ~	受付
14:00 ~ 14:15	開会・セレモニー
14:20 ~ 15:50	講座
16:00 ~ 16:30	セレモニー・閉会



新型コロナウイルス感染予防対策を十分におこなって開催します



手指の消毒液を
用意しています



一定の距離
を保ちます



換気をします



手に触れやすい
場所を拭き取り
清掃します



お越しになる前に
検温をお願いします



マスクの着用を
お願いします



こまめな手洗いを
お願いします