

ふれあいビクス

音楽に合わせて**エアロビクス**で
楽しく体を動かしましょう！



日 程 10月11日～3月14日(日)《全10回》
(10/11・25、11/8・22、12/13、1/17・31、2/14・28、3/14)

時 間 10:00～11:00

対 象 知的障害や発達障害等の小学生以上の方
※保護者の方または成人の介助者同伴でご受講ください。

受講料 2,100 円

受講料お支払いに、
PayPay コード決済も
ご利用いただけるように
なりました！

場 所 西大寺ふれあいセンター 2階 ふれあいホール

定 員 20 名

講 師 奥山 由美子 先生

締 切 9月29日(火) 必着



来館または FAX、E メール、ハガキ、WEB 申込みフォームにてお申込みください

※ちらし裏面に申込・お問い合わせ先等の詳細を記載していますのでご覧ください

お 申 込 方 法 ・ お 問 合 せ 先

来館または、はがき、FAX、Eメール、インターネット申込フォームで
講座名、住所(郵便番号)、受講者の氏名(ふりがな)・年齢、付添者の
氏名(ふりがな)・年齢、電話番号、証明書類の種類 を記入して、

9月29日(火) 必着 で、下記までお申込みください。

西大寺ふれあいセンター 管理事業係

〒704-8116 岡山市東区西大寺中 2 丁目 16-33

TEL 086-944-1800 / FAX 086-944-1801

メール s-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

講座情報
ホームページ



インターネット
申込フォーム



- ※応募者多数の場合は抽選(岡山市民の方優先)、少数の場合は中止することがありますので、ご了承ください。
- ※締め切り後も定員に余裕がある場合、受講できることがありますのでお問い合わせください。
- ※Eメール及びFAX、インターネット申込フォームでお申し込みいただいた場合は、折り返し、お申込みいただいた旨を連絡させていただきます。2、3日経過しても連絡がない場合は、お手数ですがお電話でお問い合わせください。
- ※受講の可否については、締め切り後、郵送またはEメールにてお知らせいたします。受講日の3日前になっても連絡がない場合は、お手数ですが、講座担当(管理事業係等)までご連絡ください。
- ※講座の日程は変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- ※お申し込みの際の個人情報は、講座運営上必要な資料作成(名簿等)、ご連絡、利用統計、新規開設講座のご案内、担当講師への情報提供に利用させていただきます。
- ※ときめきプラザ会員の方は「生涯学習講座受講割引券」をご利用いただけます。
- ※駐車場の収容台数には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

<受講料について>

- 受講決定後、初回参加時に受講料を全額納付していただきます。
- 納付された受講料は、原則として返金できませんので、あらかじめご了承ください。
ただし、長期入院等、やむを得ない事情があると認められる場合は、この限りではありません。

<健康管理について>

- 本講座では、メディカルチェック(医学的な健康診断)は実施しておりません。
- 体調および健康管理につきましては、自己責任のもとご参加ください。
- 現在治療中の病気またはけががある場合は、あらかじめ医師にご相談のうえ、ご参加ください。

上記内容をご確認、同意のうえ、お申し込みください。



講座申込書 (FAX や来館でのお申込みにご利用ください)

講座名	ふ れ あ い び く す			申込日	令和 年 月 日
ふりがな 氏 名		年 齢	住 所	〒	
ふりがな 付添者の 氏 名		年 齢			
電話番号				証明書類 の種類	
電話番号				どちらかを○で囲んでください	継続 ・ 新規
ときめきプラザ会員「生涯学習講座割引券」を使用				する	しない