

令和8年度安祥福祉センター高齢者講座 踊ってスッキリ！ダンスフィットネス講座 (後期)

懐かしの歌謡曲から、現代のJ-POPまで幅広いジャンル音楽に合わせて簡単なダンスをします。楽しく踊って爽やかな汗を流しましょう！

★対象 市内在住で60歳以上の高齢者及び18歳以上の障がい者

★日時 令和8年10月から令和9年1月までの全8回
毎月第2・4木曜日 午前10時～午前11時

10月8日	10月22日	11月12日	11月26日
12月10日	12月24日	1月14日	1月28日

★講師 岡崎 友里恵 氏

★定員 25名

★参加費 無料

★場所 安祥福祉センター 集会室(2階)

★申込み 令和8年9月17日(木) 午前9時15分～午前9時45分
安祥福祉センター事務所前



- ① 午前9時45分で締め切り、定員を超えていた場合には抽選します。
- ② 落選された人で希望があれば、キャンセル待ち順を抽選します。
- ③ 定員を超えていない場合は、9月17日(木) 午後1時から電話受付を行います。
- ④ 同講座(前期)受講者は9月17日(木) 午後2時から、定員に空きがある場合のみ申し込み可能です。(電話申込可・同着の場合窓口優先)

※ご自身の分のみ申し込み可能。(友人・家族分は×)

★持ち物 運動できる服装と靴、水分補給用の飲料、汗拭きタオル
あればヨガマットまたはバスタオル

★問い合わせ 安祥福祉センター ☎ 73-5757 担当 竹内

※安城市に暴風警報又は大雨特別警報が発令された場合、講座は中止となります。
※講座申込時には緊急連絡先(携帯電話の場合は1人分、固定電話の場合は2人分)を記入していただきます。