

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 (前期)

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5月から令和8年8月までの全8回
毎月第2・4木曜日 午前10時～午前11時

5月14日	5月28日	6月11日	6月25日
7月9日	7月23日	8月13日	8月27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4月16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、4月16日(木)午後1時から電話受付を行います。

※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

- ★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。