令和８年度
前期(4～9月)

懐かしい演歌を聞きながら
楽しく健康づくり♪

演歌体操教室

栄東連合町内会女性部では、昔懐かしい演歌と愉快な講師と共に、楽しく体操を行う「演歌体操教室」の前期参加者を募集します。本教室では、演歌体操のほか、健康的な体づくりに欠かせない筋力を鍛える運動など毎回バラエティ豊かなプログラムをご用意しています。ぜひ、ご参加の上、みんなで楽しく健康づくりを進めましょう！男性の方も大歓迎です。みなさまのご応募をお待ちしております。

●開催日時（全６回）

		前半の部	後半の部
1回目	4月21日 (火)	9:30~10:30	10:45~11:45
2回目	5月19日 (火)	9:30~10:30	10:45~11:45
3回目	6月16日 (火)	9:30~10:30	10:45~11:45
4回目	7月21日 (火)	9:30~10:30	10:45~11:45
5回目	8月18日 (火)	9:30~10:30	10:45~11:45
6回目	9月15日 (火)	9:30~10:30	10:45~11:45

前半・後半は申し込み状況によっては、ご希望に添えない場合がございます。予めご了承ください。

●会　　場：日の丸会館　大ホール（東区北41条東14丁目3-1）

●参 加 費：6回分 **1,800円**（初回参加時に一括納入いただきます）

●講　　師：体操指導員　大高　一郎

●申込方法：裏面に記載

●募集人数：80名（40名×2部制）

※応募者多数の場合、抽選を行います。**当選者の方にのみ**ハガキでお知らせいたします。

●応募締切：**4月2日（木）17:15まで**

●主　　催：栄東連合町内会女性部・栄東地区まちづくり未来会議

●お問い合わせ：栄東まちづくりセンター　TEL711-2203（電話での申込不可）

-より多くの方にご参加いただくためのお願い-

・欠席の場合でも、参加費の返金はいたしかねます。
・参加意思があり、参加可能な方のみご応募ください。
・1～2 回目、いずれも欠席した場合、参加資格を取り消し、追加募集を行う場合があります。

下記のいずれかの方法でお申込みください。

① **申込書を栄東まちづくりセンター(北 41 条東 14 丁目 3-1)へ直接持参**

② **申込書を FAX（011-711-0150）で送信**

③ **必要事項を明記の上、E メール（mail@sakaehigashi.info）で送信**

★E メールでお申し込みの方へ★
スマートフォンで QR コードを読み取っていただくと、
簡単にお申し込みいただけます。

※電話でのお申し込みはできません。
※参加申込書は栄東まちづくりセンターと東老人福祉センターで配布しております。

（応募締切 **4 月 2 日（木）17:15 まで**）

演歌体操教室

参 加 申 込 書

直接持参、**FAX（711-0150）**、**E メール（mail@sakaehigashi.info）**でご応募ください。

フ リ ガ ナ		**年齢**	歳
氏 名			
電 話 番 号			
希望の部(※)	前半の部 ・ 後半の部 ・ どちらでもいい		
住所	※※※※※※※ **必ず正確にご記入ください** ※※※※※※※ 〒 － 札幌市		

(※)申し込み状況によっては、ご希望に添えない場合がございます。予めご了承ください。
ご記入いただいた個人情報は参加証の送付や傷害保険加入に使用いたします。
太枠内は必ず記入してください。**記入漏れがある場合は、申込無効となりますのでご注意ください**。