

# 健康体操教室

いすに座って筋トレや脳トレ、ストレッチやリズム体操など  
様々な種類の体操を行います。  
継続的な運動で、心も身体もリフレッシュしませんか。

【日時】 4月7日～7月21日 毎週火曜日（全15回）

10時30分～11時30分 ※5月5日を除く

【場所】 障害者福祉センター 3階 会議室

（扇橋3-7-2）

【対象】 区内在住の障害者、難病の方 定員20名

（申込多数の場合は抽選）

【費用】 地域活動支援センター事業利用者負担金 1回240円

（住民税非課税の方などは免除）

【申込】 下記の方法でお申込みください



## 窓口・電話・FAX・往復はがき

### 【記入項目】

①催しもの名 ②氏名(ふりがな) ③郵便番号・住所

④連絡先(電話・FAX番号)⑤障害名(病名)・等級

※FAXでお申し込みの場合はセンターより受信確認の連絡をいたしますのでご確認ください

## 締め切り3月16日(月) 必着

※上記の方法での申込が難しい場合はご相談ください。

※定員に達しない場合は申込を延長する場合があります。



江東区障害者福祉センター  
〒135-0011 扇橋3-7-2  
TEL 03-3699-0316 FAX 03-3647-4918  
受付時間:9時～17時  
休館日:毎月第2・4日曜日・祝日

