

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】 9月15日～令和9年1月12日 毎週火曜日（全15回）

10時30分～11時30分 ※ 休館日を除く

【場所】 障害者福祉センター 3階 会議室

【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8月17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 江東区扇橋 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・年末年始

