令和8年度　流山市ヘルスアップ後期教室　開催のご案内

	会場	定員	曜日	時間	開催日
大人教室	南流山センター（2階大ホール）	30名	月曜日	10:00〜11:30	11/9・30　12/14・21　1/18・25　2/8・22　3/8・15
	東深井福祉会館（2階大広間）	20名	火曜日		11/10・24　12/8・22　1/12・26　2/9・16　3/9・23
	東部公民館（2階大会議室）	20名	水曜日		11/4・18　12/2・16　1/6・20　2/3・17　3/3・17
	キッコーマン アリーナ（サブアリーナ）	34名	木曜日		
保育付き大人教室	キッコーマン アリーナ 保育付（サブアリーナ）	6名 保育利用者優先 保育人数 6名	木曜日		11/5・19　12/3・17　1/7・21　2/4・18　3/4・18
親子教室	キッコーマン アリーナ（2階武道場）	20組	火曜日	10:00〜11:00	11/17　12/1・15　1/5・19　2/2　3/2・16　＊全8回

申込方法 ⇒ はがき、またはWeb申し込みフォーム

＊申し込み多数の場合抽選となります。
抽選結果のお知らせは10月中旬に封書にてお送りいたします。

申込期間
9／1（火）〜30（水）必着

1. はがき申込み　以下の事項をご記入の上ご郵送ください

①郵便番号 ②住所（在勤・在学の方はその名称・住所も要記入） ③氏名 ④ふりがな
⑤性別 ⑥生年月日（西暦） ⑦日中連絡がつく電話番号 ⑧希望会場（大人教室は第3希望まで記入可）

▼ 親子教室・大人教室保育付を希望の方

お子様の ⑨お名前 ⑩ふりがな ⑪性別 ⑫生年月日（西暦）

※対象のお子様 ・親子教室11月17日に満2・3歳 ・大人教室保育付11月5日に満1〜3歳

※キッコーマン教室の保育人数は最大6名です。1家庭のお子様の申し込み人数に制限はありません。

郵送先　〒270-0153 流山市中 110番地 流山市生涯学習センター内
おおたかスポーツコミュニティ流山「ヘルスアップ教室」事務局 宛

2. Web申込

事務局（おおたかスポーツコミュニティ流山）ホームページ内
http://osc-nagareyama.com　の『教室申し込みボタン』利用
または→二次元コードをご利用ください

申込フォーム二次元コード

注意事項

1. 運動初心者、日頃運動をしていない方を対象とした教室ですが、病気やケガのためのリハビリとは異なります。介助なく自力で運動できる方が対象です。
2. 持病のある方、高血圧等の症状がある方は、医師とご相談の上ご参加ください。また、教室開始前には健康チェックを行います。指導者の判断により、教室に参加いただけない場合があります。
3. 自己都合により教室不参加の場合、参加費の返金は出来ません。また、不慮の事態、悪天候等により教室が休止となった場合も同様とします。ご了承ください。