

しらかわレクリエーションセミナー

2021春



主催：しらかわレクリエーション協会
共催：特定非営利活動法人 福島県レクリエーション協会
後援：白河市教育委員会、社会福祉法人白河市社会福祉協議会
総合型スポーツクラブ「仲間」

昨年、残念な結果が…。なんと福島県はメタボ率が全国でワースト4位!! (全国で43位) という残念な結果が発表されました。また、コロナの影響で自宅にこもる生活が続いていませんか？自宅にこもりっきりで、ココロもカラダも疲れていませんか？楽しくカラダを動かしてココロもお腹もスッキリしましょう！

- ☆ 日 時 6月20日(日) 13:30~15:30
- ☆ 場 所 白河市民第一体育館
白河市追廻70-1 TEL 0248-22-0966
- ☆ 講 師 七海 多美子先生
- ☆ 参 加 者 レクリエーション活動に関心のある方
楽しく体を動かしたい方
メタボが気になる方
- ☆ 定 員 20名
- ☆ 参 加 費 資料代として1,000円(当日徴収)
- ☆ 携 行 品 筆記用具、動きやすい服装、上履き
- ☆ 申 込 み 申込書様式で、下記へ申し込んでください。

〒961-0075 白河市会津町31-3
マキノ住宅6 坂本宅
しらかわレクリエーション協会
TEL/FAX 0248-21-9422
携帯 090-4313-6760
E-mail shirakawa_rekukyou@yahoo.co.jp

***開催1週間前までのお申込みにご協力ください。**

☆ そ の 他

(1)このセミナーへの参加で「日本レクリエーション協会公認レクリエーション・インストラクター」資格の単位の一部が取得できます。(承認番号07-21-05)

- (2) このセミナーの詳細に関する問い合わせについては申込先でお受けします。日中は仕事をしているため、留守番電話にメッセージを残してください。折り返しご連絡させていただきます。
- (3) 新型コロナウイルスの感染を予防するためマスクの着用をお願いします。また、開催日時を変更する場合があります。ご了承ください。

【講師紹介】

七海 多美子（ななうみ たみこ）先生

- いわき市在住。
- 福祉レクリエーションネットワーク in ふくしま副代表。
いわき市レクリエーション協会副会長。フィットネス体操協会代表。
- 健康運動指導士、介護予防運動スペシャリスト、介護予防運動指導員、ゆる体操指導員、レクリエーションコーディネーター、福祉レクリエーション・ワーカー
レクリエーション準A級インストラクター、クロリティー上級、ダーツ指導員
福祉音楽レクリエーション・ワーカー、ミュージック・ケア指導員
- 郡山健康科学専門学校非常勤講師（レクリエーション支援技術 20年）、わいわい塾（いわき市主催）の受託事業を企画運営の代表として継続中（26年）、公民館事業の講師、知的障がい者施設にてレクリエーション支援。
- ☆多彩な資格をお持ちの講師が、その多彩な経験をもとに、レクリエーションを盛り込みながら、効果の高い体操を紹介します！楽しく体を動かしてみませんか？

しらかわレクリエーションセミナー2021 春 参加申込書

ふりがな 氏名					性別
					男・女
住所	〒 (該当するほうに○印をしてください。職場の場合、勤務先名もお願いします。) 自宅・職場				
電話番号	自宅・携帯				
生年月日	西暦 年 月 日	年齢			

FAX 0248-21-9422

* 保険に加入するため、1週間前までの申し込みをお願いします。