

# 健康体力づくりセミナー

# 参加申込書

ふりがな		楽々クラブ矢巾会員の方は、 会員番号を記入してください
名前		
住所	矢巾町	
電話番号		
生年月日	S・H 年 月 日 生まれ 歳	備考
健康状態 該当するもの に○をつけて ください	<input type="checkbox"/> ① 健康良好である。	
	<input type="checkbox"/> ② 現在通院している。(薬を服用しているもしくは運動制限がある等)	
	<input type="checkbox"/> ③ 通院はしていないが、痛む箇所がある	
※②～③の方、運動するにあたり不安がある方は、こちらに病名や痛む箇所 など記入願います。		

参加方法 参加を希望するものに ○をつけてください	開催日・内容	事務局記入欄	受領日
全8回参加	全日程参加、内容は下記のとおり	5,000 円 4,500 円(楽々クラブ会員) 4,000 円(65 歳以上)	
1回ごとの参加	1/19 エアロ&ボディメンテナンス	1,100 円 600 円(楽々クラブ会員)	
	1/26 ボールエクササイズ	1,100 円 600 円(楽々クラブ会員)	
	2/2 3B 体操	1,100 円 600 円(楽々クラブ会員)	
	2/9 太極拳	1,100 円 600 円(楽々クラブ会員)	
	2/16 ノルディックウォーキング	1,100 円 600 円(楽々クラブ会員)	
	2/23 ルーシーダットン	1,100 円 600 円(楽々クラブ会員)	
	3/1 リズム体操	1,100 円 600 円(楽々クラブ会員)	
	3/8 ラテンダンスエクササイズ	1,100 円 600 円(楽々クラブ会員)	

## 矢巾町体育協会スポーツ教室参加者誓約書

(感染症対策チェックシート)

次の内容を確認して、□内にチェックしてください。

- 教室参加前にご自宅で体調確認、検温をお願いします。
- 風邪症状(37.5℃以上の発熱、咳、咽頭痛などの症状)がある場合、体調がよくない場合の参加は  
ご遠慮ください。
- こまめな手洗い・うがい、アルコール等による手指消毒をお願いします。
- 他の参加者、主催者スタッフ等との距離(できるだけ2m 以上)を確保してください。
- 飲食の際は、指定の場所かつ周囲の人となるべく距離を取って行ってください。
- 感染予防対策をしながらの教室進行となりますので、職員や指導者の指示に従ってください。
- 感染状況によっては、開催日程の変更や中止とする場合もございますので、予めご了承ください。

**【同意・誓約署名欄】**

参加者が受講中に自己の不注意で、ケガや事故が発生した場合は自己の責任で対処する事に同意します。  
また、感染症防止のため、上記の事項を遵守することを誓約します。

令和 年 月 日

参加者氏名: \_\_\_\_\_