

東児・鉾立公民館公開講座

健康寿命を延ばしませんか。転倒予防

身体のしくみや知識、そして体操を学び、安心して健やかな生活を目指しましょう。

講座内容：今まではつまづくことがなかったのに、最近こんなところでつまづくなんてなんて思っていないませんか？ 身体が年齢とともに自覚なく衰えていくこともあります。身体の仕組みを知って、転倒の仕組みと楽しい転倒予防体操を取り入れながら生活する方法を学びます。

講師：玉野総合医療専門学校 理学療法学科 原田 健吾 氏



○東児公民館会場

開催日時：令和7年6月23日（月） 14：00～15：30
（受付：13:30～13:50, 講座：14:00～15:30）

開催場所：東児公民館 2F 多目的ホール

定員：45名（年齢制限なし）【申込先着順】

○鉾立公民館会場

開催日時：令和7年6月30日（月） 14：00～15：30
（受付：13:30～13:50, 講座：14:00～15:30）

開催場所：鉾立公民館 1F 講座室

定員：30名（年齢制限なし）【申込先着順】

（この会場では、日常生活で車いすを使用している方も、付き添いの方と受講していただけます。）



（講座の様子）

受講料：無料（鉾立公民館会場、東児公民館会場）

※両会場ともに同じ内容の講座です。

申込方法：裏面の申込用紙に記入のうえ、東児公民館の窓口を持参するかFAXでお申し込みください。FAXは申込用紙側を読みこませるようにしてください。

申込期間：令和7年5月1日（木）～令和7年6月2日（月）

ただし定員になり次第受付終了させていただきます。

問合せ先：玉野市東児公民館（東児市民センター） 担当：三宅

玉野市梶岡 700 番地（Tel. 0863-41-1511 Fax.0863-43-9037）

※どちらの会場とも駐車スペースに限りがあります。徒歩、自転車、乗り合わせや公共交通機関、シータクなどでおいでください。

敷地内や施設前の路上等での事故につきましては責任を負いかねますのでご了承ください。

令和7年度東児・銚立公民館公開講座「健康寿命を延ばしませんか。 転倒予防」受講申込書

- 住居を共にする方は、代表者お一人のご住所、お名前、連絡先ほかを記入し、代表者以外の方は名前のみ記入してください。申込書の合計欄は申し込む方の合計人数を記入してください。
- 日常生活において車いすを利用されている方は、付き添いの方と共にご参加ください。銚立公民館の入口と講座室までの段差については、スロープを設置いたしますので受講会場をご検討ください。また、東児公民館には2階に上がるためのエレベーターはございませんのでご了承ください。
- 住居を共にしていない方をまとめて申し込む場合は、それぞれのご住所、お名前、ご連絡先を記入して合計人数を記入してください。
- FAX またはメールで送信するか、東児公民館窓口へ直接持参するかしてください。なお、電話での受付はできません。

※土、日曜日は東児公民館の事務室は不在です。

申込期間：令和7年5月1日（木）～令和7年6月2日（月）但し定員になり次第終了

東児公民館：梶岡 700 番地 TEL 0863-41-1511 FAX：0863-43-9037

- 制限人数を超えて受付できない場合のみお断りのお電話を差し上げます。

	ふりがな お 名 前	ご 住 所	ご連絡先 (お電話番号)	希望会場 (どちらかの会場に○をしてください)	車いすで受講を希望している方は、この欄に当日、付添いとして共に受講される方を記入してください。
1				銚立公民館 東児公民館	氏名 TEL
2				銚立公民館 東児公民館	氏名 TEL
3				銚立公民館 東児公民館	氏名 TEL
4				銚立公民館 東児公民館	氏名 TEL

合 計 名

(合計には付き添いの方も含めてください)

