

# ミニトランポリン 親子で健康体操



令和元年

7月13日 (土)

14時~16時



- 【会場】 沖縄県男女共同参画センター「ているる」1階 フィットネスルーム  
【定員】 15組  
【対象】 大人と子どものペア(子ども対象年齢 3歳から未就学児)  
【申込】 裏面用紙にてFAXまたはメール、電話、HPお申込フォーム  
【参加費】 1組(2名) 1000円(消費税・傷害保険料込み)、賛助会員 800円  
【持ち物】 動きやすい服装・タオル・飲み物(水やスポーツドリンク) ※はだしの為シューズ不要  
【一時保育】 500円/1名(締切7/5) ※6ヶ月~3歳まで

尾尻 孝子(おじり たかこ)氏

(うちな~ミニトランポ、HAT-Robics JAPAN認定インストラクター)  
鹿児島県出身、琉球大学理学部物理学科卒業。大学入学時に陸上競技部に入部、卒業後も健康維持のためランニングを継続し、現在は、那覇マラソンなど各種大会に参加している。スポーツリーダー(日本体育協会認定)、食べ方アドバイザー(NPOみんなの食育認定)

QRから申込



# ●健康教室のお申し込み方法

参加ご希望の方は、下記の表に必要事項をご記入いただきFAXで送信してください。電話・メール・ホームページからお申し込みができます。お申し込み後、3日以内に受講に関しての連絡がない場合はFAX・メールが届いていないことがありますので、お問い合わせください。

## 【受講にあたってご確認ください】

ひざや腰、体調に不安のあるかたは医療機関等にご相談のうえ、お申込をお願いします。  
膝痛・腰痛持ちの方は、運動内容に若干の制限があります。

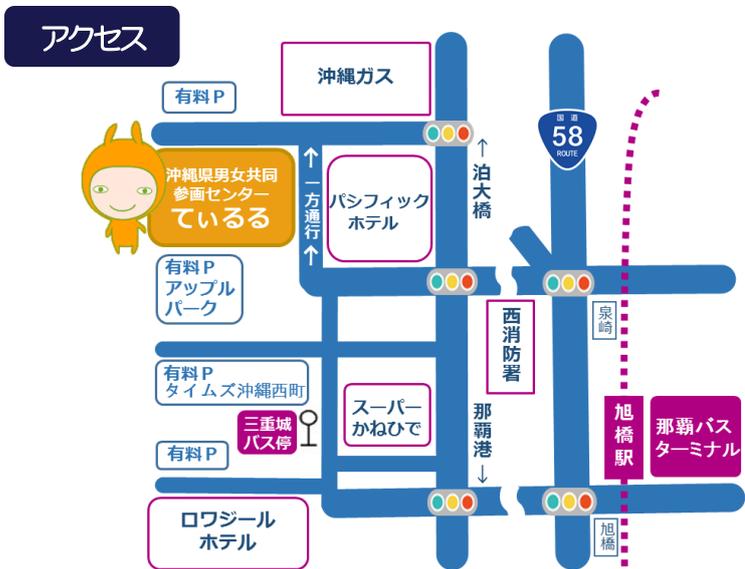
TEL : 098-868-3717 FAX : 098-863-8662  
ホームページ <http://www.okinawajosei.org/>  
E-mail : [kouza@okinawajosei.org](mailto:kouza@okinawajosei.org)

ているる窓口でも  
お申し込みいただけます

\*メールの場合は下記表の内容を明記し、件名に「7月13日健康教室」とご入力ください。

健康教室				
氏名	ふりがな 大人	(年代 )		
	ふりがな 子ども	(年齢 )		
連絡先	電話 ( — — )	自宅・携帯		
	メールアドレス ( @ )	今後開催の講座情報のメール配信希望 ( 有り ・ なし )		
一時保育希望 500円/1名 (締切7/5)	氏名		年齢	※6ヶ月～3歳 まで
賛助会員情報	会員 ・ 非会員 ★賛助会員の方は優先的に受講可能です。			

※個人情報は、講座運営のためのみに使用し、それ以外の目的に使用することはありません。



**住所：那覇市西3丁目11番1号**

- バス：市内線1、2、3、5、15番  
市外線45番
- 降車停留所：三重城バス停
- 中部からの乗り継ぎ(例)  
○泊高橋バス停(3番)  
○パレットくもじ前バス停(3番以外)
- お車でお越しの場合  
地下駐車場(80台収容可)が  
満車の場合は近隣の有料駐車場を  
ご利用ください。