

## 障害者福祉センター 令和7年度講習会(後期) 受講者募集

	講習会名	曜日	開始日 (祝日・12/29～1/3は休み)	時間 場所	定員
1	ボルダリング	第1・3火曜日	令和8年 1/6～ (全5回)	10時～12時30分 武蔵野プレイス オープンスタジオ	7名
2	コーラス教室	第1・3木曜日	9/4～ (全6回)	10時～11時30分 障害者福祉センター	8名
3	コアトレーニング&ストレッチ	土曜日	11/22～ (全6回)	10時～11時 武蔵野総合体育館 軽体操ダンス室	12名

※『コアトレーニング&ストレッチ』は、ヨガマットから一人で起き上がる、仰向け姿勢やうつ伏せ姿勢ができる方がご応募ください。

※『ボルダリング教室』は、階段昇降ができて、身体が支えられ、2時間30分講習に参加できる方がご応募ください。

【対象】 市内在住の18歳から74歳（令和7年4月1日現在）までの、障害者手帳をお持ちで一人で受講できるかた。複数受講可。

【場所】 障害者福祉センター（八幡町）武蔵野プレイス、武蔵野総合体育館

【費用】 無料

【送迎】 公共交通機関の利用が困難なかたは送迎あり。添乗員が送迎車と会場の間、付き添いを行います。（1, 3は送迎なし）

【申込】 ①氏名（フリガナ） ②年齢 ③住所 ④連絡先（電話・FAX・メール等） ⑤障害者手帳の種類と等級⑥講習会名（複数希望の方は希望順位を明記）⑦送迎希望の有無（1, 3送迎なし）⑧手話通訳希望の有無を明記のうえ、ハガキ・FAXまたはメールで下記障害者福祉センターへ。

【締切】 **8月7日（木曜日）必着。（2）10月31日（金曜日）必着。（1.3）**各講習会の開講日の1週間前までに受講可否の連絡をします。定員を超えた場合は抽選、ただし初参加希望のかた、第1希望のかたを優先とします。講習内容の参考としますので、申し込み方法欄①～⑧は記入漏れのないようにお願いします。

申し込み、問い合わせ： 武蔵野市障害者福祉センター講習会担当 伊藤 〒180-0011 八幡町4-28-13 TEL 55-3825、FAX 51-9951 <a href="mailto:cnt-syogaisya@fuku-musashino.or.jp">メールcnt-syogaisya@fuku-musashino.or.jp</a>
---