

## 障害者福祉センター 令和5年度講習会(後期) 受講者募集

### 障害者福祉センター（八幡町）または武蔵野市総合体育館・武蔵野プレイスで開催

	講習会名	期間 (祝日、1/3は休み)	曜日	時間・場所	定員
1	俳句教室	9/26～(6回)	第4火曜日	10時～11時30分 障害者福祉センター	6名
2	ボルダリング教室	1/16・2/6・2/20・ 3/5(4回)	第1・第3火曜日	10時～12時30分 武蔵野プレイス	7名
3	将棋教室	9/7～(13回)	第1・3木曜日	10時～11時30分 障害者福祉センター	8名
4	コアトレーニング&ストレッチ	11/4～(8回)	第1・3土曜日	10時～11時 障害者福祉センター	6名
5	ストレッチ教室	12/23・1/6(2回)	土曜日	10時～11時 武蔵野市総合体育館	12名

※『コアトレーニング&ストレッチ教室』『ストレッチ教室』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5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。

【費用】 無料

【送迎】 公共交通機関の利用が困難な場合は送迎あり。添乗員が送迎車と会場の間、付き添いを行います。(2・4・5は、送迎無し)

【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(希望順位を明記) ⑦送迎希望の有無(2・4・5は送迎なし) 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】 **1・3は、8月17日(木)2・4・5は10月16日(月)必着。**  
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  
[メールcnt-syogaisya@fuku-musashino.or.jp](mailto:cnt-syogaisya@fuku-musashino.or.jp)