



平成30年度シニアスポーツ振興事業
 主催：東京都・(公財)東京都体育協会・江東区体育協会
 主管：江東区エアロビック連盟



“江東区エアロビック・フェスティバル”

中高年のための健康講座
 講演と体験レッスン

平成30年9月30日（日）

受付9:45 10:00～12:00

会場／深川スポーツセンター 3階 多目的ホール
 (江東区越中島1-2-18)

参加費無料
 定員60名
 受付9/24まで

- ①講演「認知機能低下への対応～
 認知症予防のために気をつけること」
- ②スローエアロビック体験レッスン
 健康寿命の延伸を目的とした
 楽しく続けられる介護予防プログラムです！

持ち物：上履きシューズ・水分・動きやすい服装

※同日、スローエアロビック指導員養成講習会開催・詳しくはHPをご覧ください。



永松 俊哉

(公財)明治安田厚生事業団
 体力医学研究所
 客員上級研究員
 理事・保健学博士



進藤 朋子

JAF指導専門委員
 千葉県
 エアロビック連盟理事

<申込・お問合せ>

江東区エアロビック連盟
 江東区豊洲1-2-27-116
 TEL：090-3229-0808（今村）
 FAX：03-3534-5248
 e-mail kotoaerobic@gmail.com

下記申込書に必要事項を記入して、
 スポーツ振興課・深川スポーツセンター
 受付に直接お出してください。
 または FAX・郵送・メールで
 メールの場合は必要事項をお書きください。
 江東区以外の方も参加できます。

<参加申込書> 切り取ってご提出ください(保険加入に必要です。正確にお書きください)

おなまえ	(ふりがな)		
生年月日	大正・昭和	年 月 日	(平成30年9月30日現在 歳)
住所			電話

※個人情報適切に管理し、レクリエーション保険加入の目的以外には使用いたしません。