

9月12日（金）～9月28日（日）
午後5時まで 郵送・Eメール・窓口で受付

9月28日（日）までの到着分は10月中旬までに申込者全員に結果を郵送（定員超過講座は抽選）
電話・窓口で受付（定員に満たない講座のみ募集）は、9月29日（月）午前9時00分から

かがやき大学受講申込書

ふりがな	
氏 名	男 ・ 女
大 ・ 昭 年 月 日生	（ ） 歳
ご住所 〒 千代田区	
電話番号	高齢者活動センター利用登録 有 無
緊急連絡先 氏名： 携帯電話： 住所： （続柄： ）	

受講を希望する講座の□を■のように塗りつぶしてください

1 ウォーキング講座 ☐基礎① 10:30～12:00（無料） ☐基礎② 13:30～15:00（無料） ☐外出ショート ☐外出コースA ☐外出コースB ☐外出コースC ☐2 腹筋の働きについて（無料） ☐3 朝の鑑賞会 インド更紗 ☐4 日本銀行 本店見学（無料） ☐5 Let's sing Gospel♪	☐6 水の道（無料） ☐7 いますぐ始める 口臭・歯周病ケア（無料） ☐8 新宿歴史博物館 ☐9 20世紀パリの画家 ☐10 浮世絵からお江戸 ☐11 江戸城と御門 ☐12 ガーデニング（無料） ☐13 ミュージカル ☐14 麹町消防署見学（無料） ☐15 三島 由紀夫	☐16 大坂合戦と豊臣秀頼 ☐17 介護保険制度（無料） ☐18 トイレ・防災用品（無料） ※アキバ分室 ☐19 お家でも気軽ヨガ（無料） ☐20 楽しく食べて（無料） ☐21 災害発生時ゴミ問題（無料） ☐22 リンパマッサージ（無料） ☐23 花散歩の楽しみ方 ☐24 転倒予防フットケア（無料） ☐25 伝統色の魅力
--	---	--

塗りつぶした講座の合計数を必ずご記入ください。（計 講座）

【問合せ・申込書提出先】かがやきプラザ高齢者活動センター（千代田区社会福祉協議会）
〒102-0074 千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ4階
TEL: 03-3265-1161
E-mail: kagayaki@chiyoda-cosw.jp

受付職員サイン/受付日付