23年度「高齢者筋力トレーニング（いきいき筋トレ）」

普及推進ボランティア養成講座申込書

郵送もしくはFAXにてお申し込みください

ふりがな 氏　名	生年月日 年　月　日 歳	性　別 男　女
住　所　〒	学　区　名 学区	
電話番号	ＦＡＸ	
緊急連絡先 （携帯電話等）	E-mail	

ご希望のコースに○印を付けてください

Aコース　　Bコース　　Cコース　　Dコース

1）現在，医師等から運動の制限を受けておられず健康ですか？

はい　　いいえ

2）本講座に申し込まれた動機をご記入ください。

3）講座修了後は「いきいき筋トレ」を普及・推進していただきますが，
活動への抱負をお聞かせ下さい。　例）自治会で高齢の方を集めて実施する。など

4）現在，地域での活動をされていますか？

はい　　いいえ

はいと答えられた方は該当するものに○印を付けてください。（いくつでも可）

・学区社協　　・地域福祉委員　　・民生児童委員

・その他（　　）

5）活動できる予定をご記入ください。

・週1日以上　　・月１～２日　　・活動できるかわからない

・その他（　　）

※もし今回の申込みにもれた場合,次回の受講を希望しますか？　　はい　　いいえ