

体操教室

ストレッチ × 運動



体カアップのための 体操教室

～手軽にできるストレッチと運動の実践～

2021年**1月25日(月)**

2021年**3月22日(月)**

15:30/開始 40分程度

リンパ浮腫予防の ための体操教室

2021年**2月22日(月)**

15:30/開始 40分程度

会 場：港区立がん在宅緩和ケア
支援センター

定 員：8人（申し込み順）

参 加 費：**無料**

対 象：どなたでも

申込方法：電話またはFAX(裏面参照)

動きやすい服装でお越しください。

参加申込書

FAXにて申し込みの場合は、希望する日付に○をつけ、必要事項をご記入のうえ送信願います。


FAX番号 : 03-6450-3583

受信後、確認の連絡をさせていただきます。

<input type="checkbox"/> 1/25	ふりがな 氏 名	参加人数
<input type="checkbox"/> 2/22	連絡先（電話）	一緒に参加 される方の氏名
<input type="checkbox"/> 3/22		人

* 感染予防対策のお願い

- ① イベント参加時のマスク着用、手指消毒をお願いします。
- ② 体温が37.5度以上、咳やのどの痛み、息苦しさ、強いだるさなどの症状がある場合は、参加を見合わせてください。

 港区立がん在宅緩和ケア
支援センター

〒108-0071 港区白金台4-6-2 ゆかしの杜5階
電話 03-6450-3421 FAX 03-6450-3583
<https://www.minato-hpccsc.jp/>



【イベント申し込み方法】

開催日前日までに電話またはFAXでお申し込みください。FAXの場合、指定用紙はございません。参加されるイベント名・開催日時・氏名・電話番号・参加人数を記載のうえ送信してください。

【電話申し込み受付時間】

平日 10:00~21:00
土曜日 10:00~17:00
休館日 日曜・祝日・12月29日~1月3日

【交通のご案内】

・電車の場合

東京メトロ南北線・都営三田線
「白金台」駅 2番出口右手横

・バスの場合

JR目黒駅東口 のりば①
都営バス品93大井競馬場前行
「白金台駅前」下車
JR品川駅高輪口 のりば③
都営バス品93目黒駅前行
「白金台駅前」下車

