

組み合わせ最高!

# 水陸健幸たいそう教室 開催要項

	遊水館開催分	体育館開催分
主催	NPO 法人総合型地域スポーツクラブハピスカとよさか	
開催日	令和4年6月17日、24日 10:30~11:30 (金曜2回)	令和4年7月7日、14日、21日 13:30~14:30 (木曜3回)
会場	遊水館 親水プール	豊栄総合体育館 中体育室
内容	筋力・体力の維持向上や骨粗しょう症、転倒、寝たきり防止を目的に水中と陸上で様々な運動を行います。水中ではアクアミット、陸上ではボールやフープなども活用して元気に過ごせる体づくりを一緒に行いましょう。	
持ち物	水着、水泳帽子(貸出あり)、タオル、アクアミット(貸出あり)	運動のできる服装、飲み物、タオル、内履き、ヨガマット(貸出あり)
講師	江口 憲子(フリーインストラクター)	
対象・定員	原則50歳以上 定員20名(先着順)	
参加費	1,600円(全5回分) <u>遊水館開催分は入館料、ロッカー代別途必要</u> ※健幸たいそう夏期(7-9月)の参加費をお支払い済みの方は800円	
申込方法	電話、LINE、豊栄総合体育館窓口、遊水館窓口にてお申込みください。	
その他	裏面「新型コロナウイルス感染症防止対策について」の記載もご確認ください。	

《問い合わせ・お申込み先》

NPO 法人総合型地域スポーツクラブハピスカとよさか(原則月曜休み)

新潟市北区嘉山488-3(豊栄総合体育館内) TEL/025-386-7522

※LINEでお申込みの場合は二次元コードを読み取り、友達に追加後、申込書の必要事項を送信してください。

切り取り

## 水陸健幸たいそう教室 参加申込書 NO. \_\_\_\_\_

太枠内をご記入ください。 ※お預かりした個人情報は本事業以外の目的で使用いたしません。

よみかた		性別	参加の きっかけ <input type="checkbox"/> 区報 <input type="checkbox"/> DM <input type="checkbox"/> 友人の紹介 <input type="checkbox"/> ポスター <input type="checkbox"/> HP <input type="checkbox"/> その他( )
氏名		男・女	
生年月日	年 月 日 ( 歳)		
住所	〒 -		
電話番号	- -		
健幸たいそう 教室参加	<input type="checkbox"/> 現在参加している <input type="checkbox"/> 参加していない	感染防止対策 について	<input type="checkbox"/> 確認して了承しました
事務局 記載欄	受付日	参加費(1,600円 or 健幸たいそう参加者800円)	応対者
	/	円 領収済み( / )	

## ハピスカとよさか新型コロナウイルス感染症防止対策について

新型コロナウイルス感染防止のために必要とされる対策等について参加を予定している皆様には、ご理解ご協力いただきご参加くださいますようお願い申し上げます。

### 参加者の皆様へのお願い

- ① 教室当日より2週間前までで、発熱、咳、喉の痛み、だるさや倦怠感などの風邪症状がある場合は、参加をご遠慮ください。教室に参加する場合は、必ず来館前に検温を実施して受付簿の体調チェック欄に検温の有無と当日の体調について記載してください。検温を忘れてしまった場合は、各会場に設置してあるサーマルカメラで検温を実施してください。
- ② こまめな手洗い・うがい・アルコールでの手指消毒をお願いします。
- ③ 教室参加中は、不必要な会話や大きな声を発することはご遠慮ください。
- ④ 会話をする場合は、マスク着用の上、念の為に対面を避けてください。
- ⑤ 遊水館での教室開催時は、受付や着替えなど運動時以外はマスクを着用してください。
- ⑥ 体育館での教室開催時は、運動中もマスクを着用してください。
- ⑦ 教室のプログラムは講師の方々に一任していますが、「講師と参加者の接触を避ける」「参加者同士の接触を避ける」等活動内容に留意頂いての指導をお願いしています。
- ⑧ 会場は、換気のため窓や扉などを開放状態にする、空調機を利用した換気をおこなうなどの対応をおこなっておりますので、予めご了承ください。

### 新型コロナウイルスへの感染が疑われる場合

新型コロナウイルスへの感染が疑われる場合には、「かかりつけ医などの医療機関へ電話相談する」か「新潟県新型コロナ受診・相談センター（025-256-8275）」に連絡して、指示を受けてください。

### 新型コロナウイルスの関係で自宅待機、または学校などが休校になった場合

新型コロナウイルスの関係で参加者様、ご家族、職場の方などの身近な方で自宅待機等の指示があった場合には、教室への参加をご遠慮ください。また、上記の方が自宅待機となっていない場合でも、通われている学校・クラスで学級閉鎖や休校、職場内でのクラスターが発生した場合も同様に参加をご遠慮いただきますようお願い致します。その際には、お手数ですが、当クラブにもご連絡をお願い致します。

なお、上記理由によりキャンセルされた際の参加費については、返金させていただきます。

※欠席理由については、他の参加者ならびに部外者へは口外致しません。

### 教室が中止となる可能性について

新潟市内で感染症「特別警報」が発令された場合や、公共施設の臨時休館に合わせて教室を中止させて頂きます。また、施設の利用が継続されても感染症の拡大状況に応じて教室を中止とする場合があります。