

思い出の曲にのって楽しく踊ろう♪

# 生き生きビクス

## 受講生募集!



回数	日程 / 時間	内容
1	11月20日(金) / 9:30~12:00	まずは、リズムに合わせて軽く体を動かしてみよう!
2	11月27日(金) / 9:50~12:00	曲の組み立て①(リズムの取り方♪)
3	12月4日(金) / 9:50~12:00	曲の組み立て②(ステップの練習♪)
4	12月11日(金) / 9:50~12:00	曲の組み立て③(曲に合わせて楽しく動きましよう♪)
5	12月18日(金) / 9:50~12:00	今までの復習(1曲完成♪)
6	12月25日(金) / 9:50~12:00	まとめ(全員で楽しく踊りましよう!)

【応募資格】 市内に在住する、満55歳以上の方

【定員】 24名 ※応募者多数の場合は抽選の上、受講者を決定いたします。

【受講料】 6,000円

【会場】 北九州市立年長者研修大学校 周望学舎体育館

【服装等】 運動できる服装(Gパン・ワイドパンツは、ご遠慮ください)・室内シューズ・  
タオル・飲み物(水分補給)をご用意ください。

【申込締切】 令和2年11月11日(水) 当日必着

【応募方法】 住所・氏名(ふりがな)・性別・年齢・電話番号・通学時の自家用車使用の有無、「生き生きビクス」と明記しはがきまたは、裏面の申込書でFAX若しくは周望学舎ホームページ上の短期講座お申し込みフォームで、下記までお申込みください。

### ※新型コロナウイルス感染予防対策

- マスクの着用、こまめな手指の洗浄・消毒をお願いいたします。
- 発熱、咳、咽頭痛、味覚異常等がある方は、参加できません。
- 今後の新型コロナウイルス感染状況によっては、講座が中止になる場合があります。

問合せ先

〒803-0852

北九州市小倉北区新高田二丁目29番1号

「北九州市立年長者研修大学校周望学舎事務課」(永山・川村)

TEL093-591-2626 FAX:093-591-2629

Mail: shubo@kitaq-shakyo.or.jp



周望学舎は、北九州市社会福祉協議会  
が指定管理者として運営しています。

※応募された個人情報は、この講座以外の目的で使用することはありません。

## ★★交通のご案内★★

**周望学舎**  
交通アクセス

**交通ご案内**

- JR南小倉駅で下車、徒歩18分
- JR西小倉駅で下車、スクールバスで15分
- 西鉄バス停「第一高田町」より徒歩15分  
※西小倉駅よりスクールバス送迎あり

〒803-0852 小倉北区新高田二丁目29-1 TEL 591-2626

## ★★スクールバスのご案内★★

### ◆迎え（定期便）

	JR 西小倉駅	西鉄バス 八坂神社	小倉北区 ムーブ前	木町交番 向かい側	周望学舎
定期便1	8:50	8:52	8:55	9:00	9:05
定期便2	8:55	8:57	9:00	9:05	9:10

### ◆送り（定期便）

	周望学舎	木町 交番前	ソレイユホ ール前	西鉄バス 八坂神社	JR 西小倉駅
定期便	12:20	12:25	12:30	12:33	12:35

.....

生き生きピクス 申込書			
ふりがな氏名		年齢( 歳)	男・女
住所	〒	( )	—
電話番号			
通学时自家用車の使用		有 ・ 無	

FAXでのお申し込みは**591-2629**まで！