

## 参加者募集

# HSC健康づくり教室 in 古閑

いつまでも健康な身体を保持しましょう！  
気楽に通える交流の場♪ おしゃべりしながら楽しみましょう！

1月まで実施した体験コースに引き続いて開催します。  
講師が、健康づくりに効果のある体操などを楽しく指導します。

日 時：3月7日(木)から毎週木曜日  
午後1時～2時30分

場 所：檜尾会館

会 費：1,500円/月

定 員：20名程度（目標16名以上）

### 参加者のみなさまへ

自主運営できる教室をめざします  
自分たちでできることは自分たちで実行

- ・会場準備・後片付け
- ・会費集金、連絡網 など

### 萩原スポーツクラブ

教室運営のお手伝いをします

- ・講師手配・派遣
- ・会場手配
- ・ちらし等文書作成 など



申込みは、萩原スポーツクラブ Tel 52-1514 まで  
又は、教室開催日に開催会場に来てください

# 健康づくり教室の概要

## 【目 標】

- 健康寿命の延伸をめざしましょう
- できる限り、継続して参加しましょう
- 参加者のみなさんによる自主運営できる教室にしましょう

## 【教室内容】

- 基本運動メニューの他に、様々な効果のあるメニューを実施します。
- 講師を派遣します。講師が参加者の要望に合わせて、教室の進行を行います。
- 無理をしないで、笑顔で楽しく、マイペースで活動することができます

## 平成30年度開催日程 古閑教室 毎週木曜日

月	開催日
2月	休止します
3月	7 14 21 28 4回
	平成31年度も継続して実施する予定です

開催日は、講師と相談して変更することができます  
参加者全員への連絡をできるように準備をしてください

## 運営体制 萩原町内の各教室にて自主運営をめざしています

- 萩原町地域は、月会費制(一律料金)とします **月額1,500円**
- 教室の準備・後片付け、集金業務は参加者にて行います
- 教室運営に必要な経費には次の項目があります
  - ・講師派遣料 6,000円/回
  - ・会場施設使用料

- 会費収入 > 必要経費 → 残金は、教室の自主財源となります
- 会費収入 < 必要経費 → 不足分は、萩原スポーツクラブにて負担します

※クラブ負担の解消について、参加者のみなさんと相談させてください