**相模原市生活習慣病予防運動教室申込書**

**実施希望日の1か月前までにお申し込みください。**

**申し込みから1週間以内に担当の保健センターよりご連絡いたします。**申込日：　　年　　月　　日

|  |  |
| --- | --- |
| 会社名/団体名 |  |
| （所属部署） |  |
| 年度内の利用回数 | １回　・　２回　（※同一団体年度内２回までの申込みとなります。） |
| 業務内容/活動内容  （例：製造業、PTA活動など） |  |
| 本教室を何で知りましたか | □市公式ホームページ　　□ちらし（入手先：　　　　　　　　　　　　　）  □その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　） |
| 連絡先  ※電話は、日中連絡のとりやすい番号をご記入ください。 | 【電話】 |
| 【FAX】 |
| 【メールアドレス】 |
| 【会社住所/団体代表者住所】 |
| 希望日時  ※教室の時間は、30分から2時間まで（8:30～20:00の間）とします。  ※準備、片付けの時間は含まれません。  ※必ず第3希望までご記入ください。  ※土日祝は可。12/27～1/4は不可。 | 第1希望：　　　年　　月　　日（　）　　　：　　～　　： |
| 第2希望：　　　年　　月　　日（　）　　　：　　～　　： |
| 第3希望：　　　年　　月　　日（　）　　　：　　～　　： |
| 参加予定人数/年代 | 人数：　　　　名　／　年代：　　　　　　　歳代（20～40歳代など） |
| 実施プログラム  ※複数回答可  ※ご希望に沿えない場合がありますのでご了承ください。 | □肩こり・腰痛予防のためのストレッチ  □手軽にできる筋力アップ体操  □有酸素運動　　　　　　□ピラティス  □ヨガ　　　　　　　　　□筋膜リリース  □応相談（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　） |
| 会場名称 |  |
| 会場所在地 | 相模原市 緑・中央・南 区  （　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 　） |
| 会場の詳細  ※〇をつけてください。  原則、屋内での実施となります。  ※会場使用料、講師の駐車場代が生じる場合は申込者のご負担となります。 | 床・じゅうたん・たたみ・その他（　　　　　　　　　） |
| 土足：可　・　不可　　　→室内履き利用：あり　・　なし |
| 収容人数： |
| イス：折畳式・その他（　　　　）　使用可能数：（　　　　）脚 |

申込先：相模原市内所在地の各保健センター（下記）

こちらからもお申し込みいただけます。

1. 電話・FAX

緑保健センター　（電話：042-775-8816）（FAX：042-775-1751）

　　 緑保健センター津久井担当（電話：042-780-1414）（FAX：042-784-1222）

中央保健センター　（電話：042-769-8233）（FAX：042-750-3066）

　 南保健センター　（電話：042-701-7708）（FAX：042-701-7716）

②LoGoフォーム：https://logoform.jp/form/oWjU/501087