

# まちなかサロン～第2期 筋力向上プログラム～

## 3か月間 スケジュール

第2期 (11回)																				
7月 (8回)						8月 (7回)						9月 (7回)								
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1			1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30			
							30	31												

**【時間】 13:30～14:30 (受付 13:00～)**

### 申込みにあたっての注意事項

- 応募多数の場合は抽選とさせていただきます。  
また、既に本講座を受講済みの方が応募される場合は、新規受講となる応募者を優先させていただきます。
- 金曜日の13:30から開催している「まちなかサロン」にも申込みしていただけますが、重複して当選することはありません。

### まちなかサロン～第2期筋力向上プログラム～申込用紙

令和8年 6月11日(木) 必着

ふりがな		年齢	
申込者氏名			
生年月日		電話番号	
住所	〒		

#### ★筋力向上プログラムを何でお知りになりましたか？

- 松山市社会福祉協議会のホームページ
- 案内チラシが郵送で届いた
- 松山市ふれあい・いきいきサロンでチラシを見た
- 松山市総合福祉センターで知った
- 友人・知人
- まちなかサロン
- その他

- 電話番号は、日中連絡のつく番号をご記入ください。
- 個人情報については、松山市社会福祉協議会が定める「個人情報保護規程」に基づき、まちなかサロン以外の目的には使用しません。