

実年部8月企画のお知らせ

笑顔になれる体づくり

～ 腸をととのえ、軽やかに動ける身体へ～



梅雨も明け、いよいよ本格的な夏がやってまいりました。
8月企画は、美しい身体をめざして腸と体幹を鍛える健康体操です。
腸を整えれば体も変わります。バランスのとれた体づくりに挑戦しませんか？ご参加をお待ちしております。

日 時 2026年8月21日(金) 13:30～15:30

(受付開始13:00)

講 師 柴 田 奈 美 氏(フィットネスインストラクター・
健康美容食育士認定インストラクター)

場 所 東京都障害者福祉会館1階 A1・2 (港区芝 5-18-2)

費 用 800円(東京中難協 2026 年度会員 無料)

(当日受付で現金にてお支払いください)

持 ち 物 飲み物、フェイスタオル、筆記用具
動きやすい服装、靴でお越しください

定 員 30名(事前申込み制)

情報保障 要約筆記・手話通訳・ヒアリンググループ

申込受付 7月14日(火)～8月6日(木)

申込方法1 右の二次元コードからお申込み

申込方法2 タイトルを「実年部8月企画 笑顔になれる体づくり

参加希望」とし、次の①～④を記載し、

FAX もしくはメールにて事務局あてに送信

①お名前(ふりがな)

②当協会会員資格の有無(会員・非会員)

③連絡先(FAX または E-mail)

④郵便番号・住所(非会員のみ)

申込方法3 裏面「参加申込書」に必要事項をご記入のうえ、協会事務局へ提出



▲申込フォーム

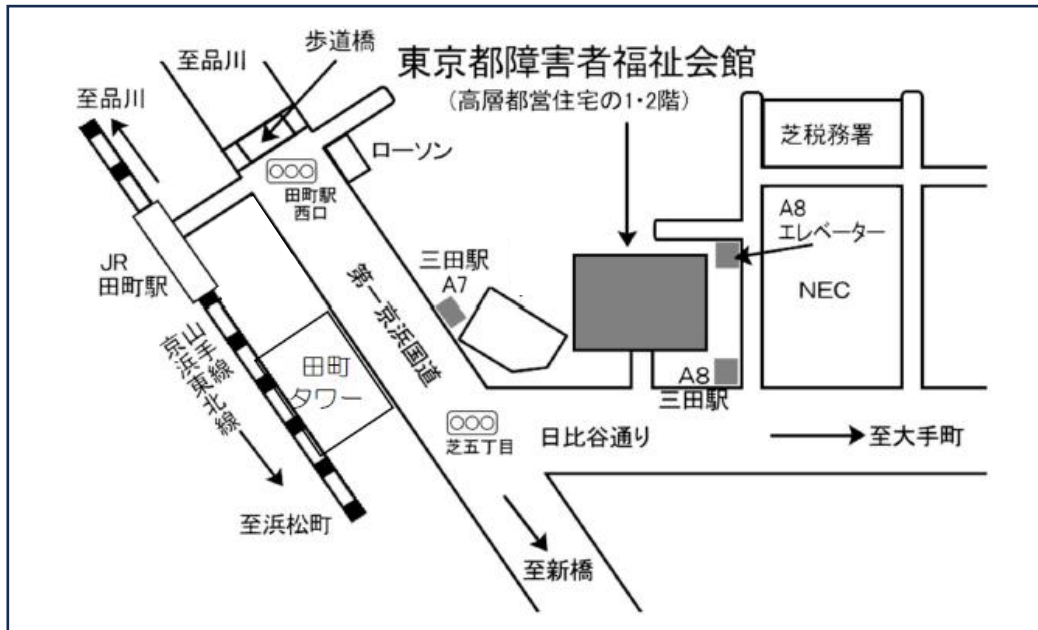
【お問合せ・お申込み先】

特定非営利活動法人 東京都中途失聴・難聴者協会 事務局
東京都新宿区新宿 2-15-25 カテリーナ御苑 202
Fax 03-5919-2563 Tel 03-5919-2421
E-mail info@tonancyo.org

東京都障害者福社会館

東京都港区芝5-18-2

JR田町駅 三田口（西口） 徒歩5分
都営浅草線 三田駅A7出口 徒歩1分
都営三田線 三田駅A8出口 徒歩1分



ファックスの場合は、切らずにこのまま送信してください

2026年度実年部8月企画「笑顔になれる体づくり」 参加申込書

ふりがな			
参加者氏名			
中難協会員資格	会員 • 非会員	※いずれかに○を付けてください	
連絡先 (参加受付後の連絡等に使用します)	メールアドレス		
	※ info@tonancyo.org からのメールを受信できるように設定をお願いします		
	FAX ()		
非会員の方は、住所のご記入をお願いします。	〒 -		
聴者の方は✓チェックを付けてください		☐ 聴者	

申込期間：2026年7月14日（火）～8月6日（木）