

＼ 移住者交流会 ／

IJUターン

Cafe Vol.14

2.10 土 13:30 ▶ 15:30



第14回IJUターンCaféは、「腰痛 & 膝痛改善・健康体操講座」を開催します。
みんなでワイワイ楽しく体を動かしませんか。
最近、腰や膝が痛いとお悩みの方はぜひご参加ください。
体操の後は、おいしいお菓子を食ながら交流する茶話会も予定しています♪♪
皆様のご参加お待ちしております。

集合場所 Sense Tsuyama (津山市林田767 - 1)

定員 15名 ※応募者多数の場合は抽選となります

対象 津山市に移住してこられた方。
これから移住をしようと検討されている方。

参加費 1,250円/人 (軽食代として)

その他

- ・集合場所までの往復交通費は参加者負担
- ・動きやすい服装でご参加ください
- ・ヨガマットをお持ちの方はご持参ください



講師:野中健志氏

グリーンヒルズ津山のフィットネスクラブでチーフインストラクターを22年務める傍ら、子供の運動指導、高校ラグビー部のS&Cコーチとしても活動



津山暮らし移住サポートセンター
(津山市仕事・移住支援室)

tel:0868-24-3787 web:<https://life-tsuyama.jp/>



IJUターン Cafe' Vol.14



第1回申込締切日 1月19日(金) 16:00

第2回申込締切日 1月31日(水) 16:00

※第一次締切日で応募者多数の場合は、その時点でお申込み受付を終了させていただきます。

※第二次募集がある場合は、先着順で受付させていただきます。

※ご記入いただく個人情報は移住支援に関する目的以外には利用しません。

※お申し込み後、確認の電話またはメールをさせていただきますので連絡可能な番号をご記入ください

【参加申込書】

参加申込日 令和 年 月 日

代 表 者	ふりがな 氏 名		性 別	年 齢
	住 所	〒	男・女	才
	アレルギーの有無	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり ()		
	ヨガマット	<input type="checkbox"/> 持参する <input type="checkbox"/> 持参しない		

連 絡 先	電 話	※当日、連絡可能な電話番号をご記入ください。
	Eメール (携帯メール可)	[iju@city.tsuyama.lg.jp]からの受信を許可するよう設定をお願いします。

同 伴 者 名	ふりがな 氏 名		性 別	年 齢
			男・女	才
	アレルギーの有無	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり ()	ヨガマット持参	<input type="checkbox"/> する <input type="checkbox"/> しない
	ふりがな 氏 名		性 別	年 齢
			男・女	才
	アレルギーの有無	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり ()	ヨガマット持参	<input type="checkbox"/> する <input type="checkbox"/> しない
ふりがな 氏 名		性 別	年 齢	
		男・女	才	
アレルギーの有無	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり ()	ヨガマット持参	<input type="checkbox"/> する <input type="checkbox"/> しない	

当日話しをしたい内容	例えば・・・子育ての事や仕事の事、地域活動のこと等々
------------	----------------------------

移住された年月
年 月 日

移住前の居住地
都 道 府 県

この交流会を知ったキッカケを教えてください
