

## 障がい者体操教室 年間開催日

開催日 (全て土曜日)		
★ 7月13日/ 7月20日	★ 8月10日/ 8月24日	★ 9月14日/ 9月21日
★ 10月5日/ 10月19日	★ 11月2日/ 11月30日	★ 12月14日/ 12月21日
★ 1月11日/ 1月25日	★ 2月8日/ 2月22日	★ 3月7日/ 3月14日

クラス名	時間	対象
A	10:00~11:00	3歳~未就学児
B	11:00~12:00	小学生
C	13:00~14:00	中学生以上もしくは団体に参加
D	14:00~15:00	中学生以上もしくは団体に参加

上記から開催日、クラスをお選び下さい。

開催場所:サーラプラザ安城2F 多目的スペース  
安城市横山町下毛賀知 132 (0566)74-1376

対象:障がいのある人  
定員:各20名 ※要申し込み  
参加費:1回500円

サーラプラザ



体操担当講師 田川隼人



看護師 藤田智加子



1. a 体重	2. 身長
b BMI	3. 血圧
c 体脂肪率	4. 脈拍
d 筋肉量	5. 呼吸数
e 内臓脂肪レベル	6. SPO 数値(血中酸素量)
f 基礎代謝量	7. 今日の体温
g 体内年齢	8. 既往歴、その他

測定シート (毎回測定する項目)