

① ② 平成29年度「第2期水中散歩教室」のご案内

高齢者や低体力者を対象とした、プールで歩く運動教室です。膝や腰に負担をかけず安心してご参加できます。

※泳いだり、プールに顔を付けることは行いません。

開催施設	戸越台中学校温水プール
所在地	品川区戸越1-15-23(東急池上線「戸越銀座」下車徒歩2分)
日程	毎週木曜日 10月5日～12月28日 ※11月23日を除く
実施時間	①9:30～11:00 (入水時間 9:45～10:45) ②11:30～13:00 (入水時間 11:45～12:45)
料金	¥6,000(全12回の料金) 初回受付時にご入金ください。※現金のみの取扱いとなります。
定員数	80名(定員数以上の申込がある場合、抽選となります。)

【応募方法】 品川健康センターまで、下記内容を記載の上、ご提出またはご郵送ください。

【募集期間】 9月1日(金)必着※品川健康センターに期限内に届かない場合は、受付できません。

【結果通知】 9月11日(月)までにハガキにて結果通知を致します。

〒140-0001 品川区北品川3-11-22 品川健康センター03(5782)8507

「第2期水中散歩教室」の応募方法

結果通知用の「郵便ハガキ」又は、「往復ハガキ」をご用意下さい。

【窓口応募(郵便ハガキ)】

右の応募用紙に必要事項をご記入の上、用紙を切り取ってハガキと一緒に品川健康センター4階フロントへご提出ください。

ハガキの表面はご自分の住所・氏名をご記入ください。

【郵送応募(往復ハガキ)】

往信用ハガキに右記内容を記入し、返信用ハガキの表面にご自分の住所・氏名をご記入の上、投函してください。

62

返信

健康
太郎様

品川区
〒140-0001
品川健康センター
〒140-0001

施設名	〇〇学園(△)		
申込みコース	<input type="checkbox"/> ①9:30～(入水時間 9:45～10:45) <input type="checkbox"/> ②11:30～(入水時間 11:45～12:45)		
フリガナ	シナガワ ハナコ	性別	男・女 <input checked="" type="radio"/>
名前	品川 花子	年齢	〇〇 歳
生年月日	西暦 19〇〇年 〇月 〇日		
電話番号	〇〇(△△△△)〇〇〇		
住所	〒△△△-〇〇〇〇 品川区〇〇〇〇-△△-〇〇		

注意

2017年6月1日より、郵便料金が改定されました。

郵便ハガキ 62円(旧料金 52円)

往復ハガキ 124円(旧料金 104円)

往復ハガキでご応募の際は、返信ハガキが62円(新料金)になっていることをご確認ください。

「第2期水中散歩教室」応募用紙

施設名	戸越台中学校(木)		
申込みコース	<input type="checkbox"/> ①9:30～(入水時間 9:45～10:45) <input type="checkbox"/> ②11:30～(入水時間 11:45～12:45)		
フリガナ		性別	男・女
名前		年齢	歳
生年月日	西暦	年	月 日
電話番号	()		
住所	〒		

① ② 平成29年度「第2期水中散歩教室」のご案内

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

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

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



教室実施日



品川健康センター休館日

持ち物	●おおむね1年以内に受けた健康診断書(初回入金時のみ)
	●水着 ●水泳帽
	●タオル ●ゴーグル(必要な方のみ)
	●10円(ロッカー利用料金)※10円は返却されません

【注意事項】

- 当日は体調に気を配り、無理のないように行いましょう。
- ロッカー利用料として10円が必要です。
- 遅刻・早退されるときは、準備・整理体操はご自分で必ず行いましょう。
- 欠席・遅刻の連絡は必要ございません。
- また、欠席された場合の振替制度はございませんのでご了承ください。
- 妊娠された場合はコースの参加はできません。
- ご入金後のお申し込みコースの変更・譲渡・受講料の返金は如何なる理由においてもできません。予めご了承ください。
- 教室参加は登録された方のみとなります。ご家族・ご兄弟の入室はできません。

③ 平成29年度「第2期水中散歩教室」のご案内

高齢者や低体力者を対象とした、プールで歩く運動教室です。膝や腰に負担をかけず安心してご参加できます。

※泳いだり、プールに顔を付けることは行いません。

開催施設	日野学園温水プール
所在地	品川区東五反田2-11-2 (JR線「大崎」下車徒歩8分)
日程	毎週木曜日 10月5日～12月14日 ※11月23日、30日を除く
実施時間	③13:30～15:00 (入水時間 13:45～14:45)
料金	¥4,500(全9回の料金) 初回受付時にご入金ください。※現金のみの取扱いとなります。
定員数	70名(定員数以上の申込がある場合、抽選となります。)

【応募方法】 品川健康センターまで、下記内容を記載の上、ご提出またはご郵送ください。

【募集期間】 9月1日(金)必着※品川健康センターに期限内に届かない場合は、受付できません。

【結果通知】 9月11日(月)までにハガキにて結果通知を致します。

〒140-0001 品川区北品川3-11-22 品川健康センター03(5782)8507

「第2期水中散歩教室」の応募方法

結果通知用の「郵便ハガキ」又は、「往復ハガキ」をご用意下さい。

【窓口応募(郵便ハガキ)】

右の応募用紙に必要事項をご記入の上、用紙を切り取ってハガキと一緒に品川健康センター4階フロントへご提出ください。
ハガキの表面はご自分の住所・氏名をご記入ください。

【郵送応募(往復ハガキ)】

往信用ハガキに右記内容を記入し、返信用ハガキの表面にご自分の住所・氏名をご記入の上、投函してください。

62 返信 健康 太郎様	□□□□□	施設名	○○○学園(△)		
	品川区○○○丁目△番□□号	申込みコース	<input checked="" type="checkbox"/> ⑧9:30～(入水時間 9:45～10:45) <input type="checkbox"/> ⑨11:30～(入水時間 11:45～12:45)		
		フリガナ	シナガワ ハナコ	性別	男・女 <input checked="" type="radio"/>
	名前	品川 花子	年齢	○○ 歳	
	生年月日	西暦 19○○年 ○月 ○日			
	電話番号	○○(△△△△)□□□			
	住所	〒△△△-□□□□ 品川区○○○○-△△-□□			

注意

2017年6月1日より、郵便料金が改定されました。

郵便ハガキ 62円(旧料金 52円)

往復ハガキ 124円(旧料金 104円)

往復ハガキでご応募の際は、返信ハガキが62円(新料金)になっていることをご確認ください。

「第2期水中散歩教室」応募用紙

施設名	日野学園(木)		
申込みコース	<input type="checkbox"/> ③13:30～(入水時間 13:45～14:45)		
フリガナ		性別	男・女
名前		年齢	歳
生年月日	西暦	年	月 日
電話番号	()		
住所	〒		

③ 平成29年度「第2期水中散歩教室」のご案内

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

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

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



・・・ 教室実施日



・・・ 品川健康センター休館日

持ち物	<ul style="list-style-type: none"> ● おおむね1年以内に受けた健康診断書(初回入金時のみ) ● 水着 ● タオル ● 10円(ロッカー利用料金)※10円は返却されません ● 水泳帽 ● ゴーグル(必要な方のみ)
-----	---

【注意事項】

- 当日は体調に気を配り、無理のないように行いましょう。
- ロッカー利用料として10円が必要です。
- 遅刻・早退されるときは、準備・整理体操はご自分で必ず行いましょう。
- 欠席・遅刻の連絡は必要ございません。
また、欠席された場合の振替制度はございませんのでご了承願います。
- 妊娠された場合はコースの参加はできません。
- ご入金後のお申し込みコースの変更・譲渡・受講料の返金は如何なる理由においてもできません。予めご了承願います。
- 教室参加は登録された方のみとなります。ご家族・ご兄弟の入室はできません。

④ ⑤ 平成29年度「第2期水中散歩教室」のご案内

高齢者や低体力者を対象とした、プールで歩く運動教室です。膝や腰に負担をかけず安心してご参加できます。

※泳いだり、プールに顔を付けることは行いません。

開催施設	八潮学園温水プール
所在地	品川区八潮5-11-2(京急バス「八潮北」下車徒歩2分)
日程	毎週木曜日 11月2日～12月28日 ※11月23日を除く
実施時間	④9:30～11:00 (入水時間 9:45～10:45) ⑤11:30～13:00 (入水時間 11:45～12:45)
料金	¥4,000(全8回の料金) 初回受付時にご入金ください。※現金のみの取扱いとなります。
定員数	60名(定員数以上の申込がある場合、抽選となります。)

【応募方法】 品川健康センターまで、下記内容を記載の上、ご提出またはご郵送ください。

【募集期間】 9月1日(金)必着※品川健康センターに期限内に届かない場合は、受付できません。

【結果通知】 9月11日(月)までにハガキにて結果通知を致します。

〒140-0001 品川区北品川3-11-22 品川健康センター03(5782)8507

「第2期水中散歩教室」の応募方法

結果通知用の「郵便ハガキ」又は、「往復ハガキ」をご用意下さい。

【窓口応募(郵便ハガキ)】

右の応募用紙に必要事項をご記入の上、用紙を切り取ってハガキと一緒に品川健康センター4階フロントへご提出ください。

ハガキの表面はご自分の住所・氏名をご記入ください。

【郵送応募(往復ハガキ)】

往信用ハガキに右記内容を記入し、返信用ハガキの表面にご自分の住所・氏名をご記入の上、投函してください。

62 返信 健康 太郎様 品川区○○○○丁目△△番□□号	施設名	○○○学園(△)		
	申込みコース	<input checked="" type="checkbox"/> ④9:30～(入水時間 9:45～10:45) <input type="checkbox"/> ⑤11:30～(入水時間 11:45～12:45)		
	フリガナ	シナガワ ハナコ	性別	男・ 女
	名前	品川 花子	年齢	○○ 歳
	生年月日	西暦 19○○年 ○月 ○日		
	電話番号	○○(△△△△)□□□		
住所	〒△△△△-□□□□ 品川区○○○○-△△-□□			

注意

2017年6月1日より、郵便料金が改定されました。

郵便ハガキ 62円(旧料金 52円)

往復ハガキ 124円(旧料金 104円)

往復ハガキでご応募の際は、返信ハガキが62円(新料金)になっていることをご確認下さい。

「第2期水中散歩教室」応募用紙

施設名	八潮学園(木)		
申込みコース	<input type="checkbox"/> ④9:30～(入水時間 9:45～10:45)		
	<input type="checkbox"/> ⑤11:30～(入水時間 11:45～12:45)		
フリガナ		性別	男・女
名前		年齢	歳
生年月日	西暦	年	月 日
電話番号	()		
住所	〒		

④ ⑤ 平成29年度「第2期水中散歩教室」のご案内

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

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



．．． 教室実施日



．．． 品川健康センター休館日

持ち物	● おおむね1年以内に受けた健康診断書(初回入金時のみ)
	● 水着
	● タオル
	● 10円(ロッカー利用料金)※10円は返却されません
	● 水泳帽
	● ゴーグル(必要な方のみ)

【注意事項】

- ・当日は体調に気を配り、無理のないように行いましょう。
 - ・ロッカー利用料として10円が必要です。
 - ・遅刻・早退されるときは、準備・整理体操はご自分で必ず行いましょう。
 - ・欠席・遅刻の連絡は必要ございません。
- また、欠席された場合の振替制度はございませんのでご了承ください。
- ・妊娠された場合はコースの参加はできません。
 - ・ご入金後のお申し込みコースの変更・譲渡・受講料の返金は如何なる理由においてもできません。予めご了承ください。
 - ・教室参加は登録された方のみとなります。ご家族・ご兄弟の入室はできません。

⑥ ⑦ 平成29年度「第2期水中散歩教室」のご案内

高齢者や低体力者を対象とした、プールで歩く運動教室です。膝や腰に負担をかけず安心してご参加できます。

※泳いだり、プールに顔を付けることは行いません。

開催施設	品川学園温水プール
所在地	品川区北品川3-9-30(京浜急行「新馬場」下車徒歩5分)
日程	金曜日 11月24日 (全1回)
実施時間	⑥9:30~11:00 (入水時間 9:45~10:45) ⑦11:30~13:00 (入水時間 11:45~12:45)
料金	¥500(全1回の料金) 初回受付時にご入金ください。※現金のみの取扱いとなります。
定員数	80名(定員数以上の申込がある場合、抽選となります。)

【応募方法】 品川健康センターまで、下記内容を記載の上、ご提出またはご郵送ください。

【募集期間】 9月1日(金)必着※品川健康センターに期限内に届かない場合は、受付できません。

【結果通知】 9月11日(月)までにハガキにて結果通知を致します。

〒140-0001 品川区北品川3-11-22 品川健康センター03(5782)8507

「第2期水中散歩教室」の応募方法

結果通知用の「郵便ハガキ」又は、「往復ハガキ」をご用意下さい。

【窓口応募(郵便ハガキ)】

右の応募用紙に必要事項をご記入の上、用紙を切り取ってハガキと一緒に品川健康センター4階フロントへご提出ください。

ハガキの表面はご自分の住所・氏名をご記入ください。

【郵送応募(往復ハガキ)】

往信用ハガキに右記内容を記入し、返信用ハガキの表面にご自分の住所・氏名をご記入の上、投函してください。

「第2期水中散歩教室」応募用紙

施設名	品川学園(金)		
申込みコース	<input type="checkbox"/> ⑥9:30~(入水時間 9:45~10:45)		
	<input type="checkbox"/> ⑦11:30~(入水時間 11:45~12:45)		
フリガナ		性別	男・女
名前		年齢	歳
	生年月日 西暦 年 月 日		
電話番号	()		
住所	〒		

62

返信

健康
太郎様

品川区○○○丁目△△番□□号

施設名	○○学園(△)		
申込みコース	<input checked="" type="checkbox"/> ⑧9:30~(入水時間 9:45~10:45)		
	<input type="checkbox"/> ⑨11:30~(入水時間 11:45~12:45)		
フリガナ	シナガワ ハナコ	性別	男・女
名前	品川 花子	年齢	〇〇 歳
生年月日	西暦 19〇〇年 〇 月 〇 日		
電話番号	〇〇(△△△△)□□□		
住所	〒△△△-□□□□ 品川区○○○○-△△-□□		

注意

2017年6月1日より、郵便料金が改定されました。

郵便ハガキ 62円(旧料金 52円)

往復ハガキ 124円(旧料金 104円)

往復ハガキでご応募の際は、返信ハガキが62円(新料金)

になっていることをご確認下さい。

⑥ ⑦ 平成29年度「第2期水中散歩教室」のご案内

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



・ ・ ・ 教室実施日



・ ・ ・ 品川健康センター休館日

持ち物	●おおむね1年以内に受けた健康診断書(初回入金時のみ)	
	●水着	●水泳帽
	●タオル	●ゴーグル(必要な方のみ)
	●10円(ロッカー利用料金)※10円は返却されません	

【注意事項】

- ・ 当日は体調に気を配り、無理のないように行いましょう。
- ・ ロッカー利用料として10円が必要です。
- ・ 遅刻・早退されるときは、準備・整理体操はご自分で必ず行いましょう。
- ・ 欠席・遅刻の連絡は必要ございません。
また、欠席された場合の振替制度はございませんのでご了承ください。
- ・ 妊娠された場合はコースの参加はできません。
- ・ ご入金後のお申し込みコースの変更・譲渡・受講料の返金は如何なる理由においてもできません。予めご了承ください。
- ・ 教室参加は登録された方のみとなります。ご家族・ご兄弟の入室はできません。

⑧ ⑨ 平成29年度「第2期水中散歩教室」のご案内

高齢者や低体力者を対象とした、プールで歩く運動教室です。膝や腰に負担をかけず安心してご参加できます。

※泳いだり、プールに顔を付けることは行いません。

開催施設	豊葉の杜(ほうようのもり)学園温水プール
所在地	品川区二葉1-3-40(東急大井町線「下神明」下車徒歩2分)
日程	毎週金曜日 11月10日～12月22日
実施時間	⑧9:30～11:00 (入水時間 9:45～10:45) ⑨11:30～13:00 (入水時間 11:45～12:45)
料金	¥3,500(全7回の料金) 初回受付時にご入金ください。※現金のみの取扱いとなります。
定員数	60名(定員数以上の申込がある場合、抽選となります。)

【応募方法】 品川健康センターまで、下記内容を記載の上、ご提出またはご郵送ください。

【募集期間】 9月1日(金)必着※品川健康センターに期限内に届かない場合は、受付できません。

【結果通知】 9月11日(月)までにハガキにて結果通知を致します。

〒140-0001 品川区北品川3-11-22 品川健康センター03(5782)8507

「第2期水中散歩教室」の応募方法

結果通知用の「郵便ハガキ」又は、「往復ハガキ」をご用意下さい。

【窓口応募(郵便ハガキ)】

右の応募用紙に必要事項をご記入の上、用紙を切り取ってハガキと一緒に品川健康センター4階フロントへご提出ください。

ハガキの表面はご自分の住所・氏名をご記入ください。

【郵送応募(往復ハガキ)】

往信用ハガキに右記内容を記入し、返信用ハガキの表面にご自分の住所・氏名をご記入の上、投函してください。

62 返信 健康 太郎様 注意	品川健康センター	施設名	〇〇〇学園(△)		
	品川健康センター	申込みコース	<input checked="" type="checkbox"/> ⑧9:30～(入水時間 9:45～10:45) <input type="checkbox"/> ⑨11:30～(入水時間 11:45～12:45)		
	品川健康センター	フリガナ	シナガワ	ハナコ	性別 男・女 <input checked="" type="radio"/>
	品川健康センター	名前	品川	花子	年齢 〇〇 歳
	品川健康センター	生年月日	西暦	19〇〇年	〇月 〇日
	品川健康センター	電話番号	〇〇(△△△△)□□□		
	品川健康センター	住所	〒△△△△-□□□□ 品川区〇〇〇〇-△△-□□		

「第2期水中散歩教室」応募用紙

施設名	豊葉の杜学園(金)		
申込みコース	<input type="checkbox"/> ⑧9:30～(入水時間 9:45～10:45)		
	<input type="checkbox"/> ⑨11:30～(入水時間 11:45～12:45)		
フリガナ		性別	男・女
名前		年齢	歳
生年月日	西暦	年	月 日
電話番号	()		
住所	〒		

