令和8年度 第4期
「免疫力アップ体操」参加案内

以下記載事項をご確認いただき、お申込み・ご参加くださいますようお願い致します。

１　詳　　細

内容		
椅子に座りながら、無理のないストレッチや筋肉に負荷をかけながら体温を上げることで、血行や代謝も促進され免疫力が高まり、細菌やウィルスが体内に侵入するのを防ぎやすくなります。		
定員	時間	会場
30 名	11：00～12：00	**大蔵第二運動場 2 階トレーニングルーム内フロア**

２　教室日程表（金曜日・全 11 回）

1 回	2 回	3 回	4 回	5 回	6 回	7 回	8 回	9 回	10 回	11 回
1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/12	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19

３　申込期間　継続：令和８年１１月１５日（日）～
新規：令和８年１１月２５日（水）～

４　参 加 費　９，３５０円（施設使用料、保険料込み）
※申込時にお支払方法をご選択いただき、期日までにお支払ください。
※期日までにお支払のない場合、自動的にキャンセル扱いとなりますのでご注意ください

５　持 ち 物　運動しやすい服装、室内シューズ、補給用水分、タオル

６　注意事項
（１）参加当日は２階トレーニングルーム受付で出席簿に〇をつけてからご入場ください。
（２）お着替えは２階更衣室をご利用ください。
（３）貴重品等の紛失、盗難等の責任は負いかねます。貴重品は２階受付横の貴重品ロッカーにお預けください。盗難防止のため、ロッカーキーは必ず身につけてください。
（４）教室参加は、お申込みいただいたご本人様のみとなります。ご家族・ご兄弟等のご参加、会場への入室はできません。
（５）お休みされた場合の振替や返金はできません。
（６）都合により予告なく担当インストラクターの変更をする場合がございます。
（７）医師から運動を制限されている方はご参加できません。ご自身の健康状態に関して自己責任の上ご参加ください。また、妊娠中の方はご参加できません。期間中に妊娠された場合でも、返金致しかねますので予めご了承ください。
（８）教室中の怪我等の事故については施設側に故意または重大な過失がある場合を除き責任は負いかねます。

（９）駐車場（有料 20 分 100 円）は台数に限りがございますので、できるだけ公共の交通機関をご利用ください。
(10) 体調の悪い場合は無理をせず、参加をお控えください。

7　キャンセル

（1）入金前及び事業開始４日前までのクレジットカード決済の方は、マイページよりキャンセルの手続きをお願いします。
（2）入金後のキャンセル、またはFAX・はがきからのお申し込みの方は、必ず以下の問い合わせ先までご連絡をお願いいたします。
（3）下表のとおりキャンセル料が発生いたしますので、予めご承知おきください。

キャンセル日	キャンセル料金	手数料
教室初回日の４日前まで	０円	２２０円
教室初回日の３～２日前	参加費の３０％	２２０円
教室初回日前日	参加費の５０％	２２０円
教室初回日以降	参加費の１００％	０円

8　保　　険　本事業に対する保険（傷害保険）に加入しておりますので、万一怪我等をされた場合は当日中に当施設までご連絡ください。

［傷害保険］
事業中における急激かつ偶然な外来の事故によって身体に被った傷害に対し、保険が適用されます。
※保険の補償額の範囲は、通院１日「２千円」、入院１日「３千円」、後遺障害及び死亡時「最高５９５万円」で、いずれも事故日から１８０日以内とし、通院については９０日間が限度となっています。
※被保険者による故意又は重大な過失による場合、生活や業務に支障のない範囲で回復した後の通院費などは、保険金が支払われないこともありますので、ご不明な点はお問い合わせください。

個人情報の取扱について

公益財団法人世田谷区スポーツ振興財団

当財団では、区民のスポーツ･レクリエーション活動を通して、「生涯スポーツ社会」の実現を目指し、施設の安全管理や効率的な事業実施など、区民サービスの向上に努めております。お預かりした個人情報を安全に管理することが、当財団の重要な社会的責務であると認識し、以下の取り扱いを実施いたします。
内容をご確認いただき、ご同意の上お申し込み(ご参加)ください。

1. お客様の個人情報(氏名、住所、連絡先等)は、当財団の事業案内、緊急時の対応、事業の円滑な実施･運営、サービス及び情報の提供、各種アンケート、広報やPR活動等に必要な範囲で利用させていただくためにお預かりいたします。
2. お預かりした個人情報は、当財団が定める「個人情報保護方針」等に基づき、適切な管理に努めるとともに、事務局次長を個人情報管理責任者とし、責任を持って管理いたします。
3. 個人情報のご提供は、お客様の任意です。ただし、事業の円滑な運営等に必要な最低限の個人情報についてもご提供いただけない場合は、事業へのご参加はできませんのでご了承ください。
4. 当財団は、法令等による場合を除いて、ご本人からの同意を得ない限り、個人情報を第三者に提供いたしません。
5. 当財団は、ご本人が容易に認識できない方法による個人情報の取得は行っておりません。
6. 事業の実施内容により委託業者に個人情報を預託(委託)する場合がありますが、その場合は、十分な個人情報の保護水準を満たしている者を選定し、その委託先に対し個人情報の漏えいや再提供等がないよう、契約により義務付け、適切な管理を実施させます。
7. お客様には、ご自身に関する個人情報の開示を求める権利、その結果により訂正や削除を求める権利があります。開示や訂正等を希望される場合には、当財団までお問い合わせください。



「公益財団法人世田谷区スポーツ振興財団　個人情報の問合せ窓口」
TEL　03−3417−2811
受付時間　9:00～17:00（土･日･祝日、年末年始を除く）
公益財団法人世田谷区スポーツ振興財団は「プライバシーマーク」使用承諾事業者として認定されています。

申込先・問合先
（公財）世田谷区スポーツ振興財団 大蔵第二運動場管理事務所
免疫力アップ体操担当
TEL　3416-1212　　FAX　3416-1777