

# ディスコダンス をたのしもう!

1 主 旨 1970年代~90年代世代、若い時に通ったディスコを、今、この年で、健康作り仲間作りを目的に楽しく体を動かします。

2 主 催 山梨県レクリエーション協会

3 日 時 令和8年10月3日(土)  
10:00受付開始 10:30~12:30 講習会

4 場 所 県立青少年センター 小ホール  
甲府市和戸町1303 Tel 055-237-5311

5 参加者 福祉事業関係者はもとより、地域サロンなど、福祉レクに関心のある方の参加をお待ちしています。

社会福祉協議会、介護福祉施設・障害者施設関係職員、地域サロン関係者  
市町村および市町村教育委員会関係職員、福祉レクに興味のある方

6 内 容 富士慶子先生による筋肉ほぐし、ストレッチをして、「ダンシングヒーロー」の曲にあわせてステップを覚えて踊ります。介護施設の方々も座ったまま踊れるシニアディスコや「め組のひと」も踊ります。

講師 富士慶子 (JBDF 山梨県ボールルームダンス連盟所属 プロフェッショナルダンス教師)

田中寿代 浅田淑江(日本レクリエーション協会 レク公認指導者)

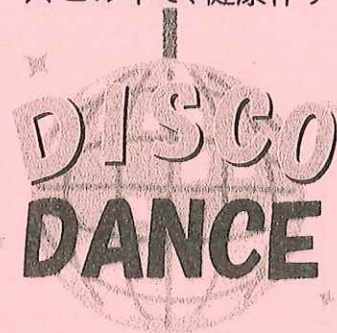
7 日 程 10:00 ~ 受 付  
10:30 ~ 12:30 準備体操・実技 \*途中休憩含む

8 経 費 参加費として、1人 1,000円 当日受付で納入

9 定 員 定員 30名

10 申込み 希望者は、裏面様式により 令和8年9月25日(金)までに、  
山梨県レクリエーション協会事務局あてにお申し込みください。  
FAX 055-267-8808 Tel 055-287-7373  
メール yamanashi-rec@outlook.com

11 持ち物 飲み物、筆記用具、運動のできる服装、運動靴



令和8年度 ディスコダンスをたのしもう！参加申込書  
(令和8年10月3日(土) 青少年センター 小ホール)

| No. | 参加者名 | 所属 | 住所 | TEL |
|-----|------|----|----|-----|
| 1   |      |    |    |     |
| 2   |      |    |    |     |
| 3   |      |    |    |     |
| 4   |      |    |    |     |
| 5   |      |    |    |     |

\*FAXかメールにて連絡をお願いします。

(FAX)055-267-8808 事務局 原 行

\*E-mail yamanashi-rec@outlook.com

◎ 申込期限 令和8年 9月 25日(金)必着

◎ 申 込 先

〒400-0811

甲府市川田町517 県立青少年センター別館内

山梨県レクリエーション協会事務局

TEL 055-287-7373 FAX 055-267-8808

事務局開所日:火、水、木、金(9:10~11:30)

※お問い合わせください

**ディスコダンスをたのしむ方お持ちしております！**