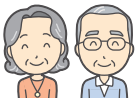
ふまねっとサポーターの皆様へ



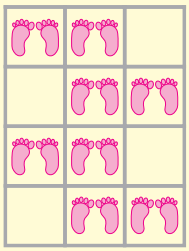
このチラシをお仲間にご紹介ください
ふまねっとサポーター仲間を増やしましょう

自分が健康になる！　**楽しい！**　**生きがいになる！**

ふまねっとサポーター養成講習会のご案内

ふまねっと運動とは

誰もが参加できるとても楽しい運動です。
歩行機能と認知機能の改善効果が期待できます。



運動が苦手でも大丈夫

間違えても気にしない！
ふまねっと運動は筋肉を鍛える運動ではありません。
頭をよく使う運動です。

高齢でも大丈夫

80 代 90 代でも元気にサポーターをされている方がいます。
仲間と一緒に地域の健康づくりに貢献しませんか。

サポーターになってよかった **79.5%**
自分にできることはまだある気がしてきた **66.7%**

札幌市	★1月17日(金) ★2月 7日(金) ★3月 7日(金) 4月11日(金) 5月 9日(金) 6月 6日(金) 7月11日(金) 8月 8日(金) 9月12日(金)	ふまねっと研修センター (札幌市白石区栄通19-2-7)
静岡県菊川市	★1月19日(日)	小笠東地区コミュニティセンター (菊川市川上 1371 番地の 2)
神奈川県横浜市	★2月 9日(日)	コミュニティだんだん (横浜市泉区弥生台 26-2)
愛媛県松山市	★3月15日(土) 9:00~12:30	松山記念病院 地域活動支援センターステップ (松山市美沢 1-10-38)
東京都東村山市	5月11日(日)	時間・会場 未定 ホームページでご確認ください
旭川市	5月17日(土)	ときわ市民ホール (旭川市 5 条通 4 丁目)
余市町	6月14日(土)	余市町福祉センター 入舟分館 (余市町入舟町 400 番地)
帯広市	6月27日(金)	市民活動プラザ六中 (帯広市東 11 条南 9 丁目)

時間　13:00 ~ 16:30　受付 12:30~12:50

年度末割引を実施します！！

受講料　**8,500 円**(税込)　初年度年会費 3,000 円含む　➡　**5,500 円**　★印の 1 月～ 3 月の講習会が対象です

内 容　地域住民対象に、安全に指導するための知識と技術を学びます。
▶介助が必要な方を対象に指導する場合は「ふまねっとインストラクター 3 級」講習会をご受講ください。

申 込　2 週間前までにお申し込みください。10 日前までに受講料のお振り込みをお願いいたします。

ご案内　上記以外の日程や地域で追加開催されることがあります。　日程一覧

ご依頼　対面開催　オンライン開催
ご依頼による開催承ります！　お問合せください。

ふまねっとサポーターは認定 NPO 法人ふまねっとが認定する資格です。

「ふまねっと」は登録商標です（商標登録第 4926898 号）。
ふまねっと運動の用具及び用具を利用した訓練方法について特許を取得しています（特許第 6516244 号）。

認定 NPO 法人ふまねっと
電話　011-807-4667　FAX　011-351-5888
Mail　info@1to3.jp　HP　www.1to3.jp
〒 003-0021 北海道札幌市白石区栄通 19 丁目 2–7

＜お申込みにあたっての注意事項＞

□ ふまねっと運動は、ふまねっとサポーターまたはふまねっとインストラクター資格の所有者だけに指導の権利が認められています。資格登録には、NPO 法人ふまねっとの正会員への入会が必要になります。（入会金免除）
□ 会員規約は NPO 法人ふまねっとのホームページよりご確認ください。
□ ふまねっと運動の指導の範囲は、日本国内に限定されます。海外での指導や使用はできません。
□ 次年度以降も継続してふまねっと運動を指導される場合には、資格更新のため年会費（3,000 円 /2024 年度現在）のご納入をお願い申し上げます。
□ 一度お振込頂きました費用は、いかなる理由においても返金できませんのでご了承ください。
□ 個人情報は、本講習に関する受講申込受付、認定証及び法人発行物の送付、正規使用者公表、業務上の連絡のみに使用させて頂きます。★印は省略せずにご記入ください。
□ 申込受付後、受講料お支払い方法のご連絡を差し上げます。講習日 10 日前までに受講料をお振り込みください。

ふまねっとサポーター養成講習会受講申込書

NPO 法人ふまねっと　行　　FAX：011-351-5888

フォームでのお申込はこちら

私は、本受講申込書の記載事項が事実であることを誓約し、ふまねっとサポーター養成講習を修了した場合、NPO 法人ふまねっとのホームページ上にて申込情報の一部（氏名、市町村名、本資格の有無、所属先団体名）が公開されることについて、承諾した上で本講習に申し込みます。また、本受講申込書上部注意事項及び個人情報の取扱について同意します。

★　必ずご記入ください

★　ふりがな		ID(会員番号)	（お持ちの方のみ）
★　氏名		★　性別	男　・　女　・　他
★　生年月日	西暦　　年　　月　　日	年齢	歳
案内送付先	**すべてのご案内はご自宅へ送付いたします。**		
★　自宅住所	（〒　　）　　アパート・マンション名もご記入ください		
★　自宅 TEL		★　携帯電話	
自宅 FAX			
★　メールアドレス			
所属先名称		役職名	
所属先住所	（〒　　）　　アパート・マンション名もご記入ください		
所属先 TEL		所属先 FAX	
★　受講日	西暦　　年　　月　　日	★　受講会場名	

□ 資格登録には正会員への入会が必要になります。**以下にご署名をお願いいたします。**

（講習受講者用）ＮＰＯ法人ふまねっと正会員入会申込書

ふまねっと運動は、地域住民の主体的な健康づくり活動を支援する運動プログラムとして開発されました。NPO 法人ふまねっとは、このふまねっと運動の普及を通じて、全国各地で地域福祉活動に取り組む人材の養成とまちづくりに貢献しています。（2024 年 3 月 31 日現在 5,625 人の正会員）。

私は、上記の活動趣旨に賛同し、ふまねっとサポーター養成講習会受講後に入会します。

★（署名）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　　年　　月　　日

事務局欄）　受付　　返信　　確認　　ID ＿＿＿＿＿＿