

**7月3日(水) 午後2～3時30分**  
**「脳と身体をリフレッシュ 2019」**  
**～脳に刺激を！らくらく運動で若さをキープ～**

**参加申込書**

○FAX の場合 017-776-8828 青森市男女共同参画プラザ「カダール」宛

○電話の場合 (平日 9 時～18 時まで)

☎017-776-8800 青森市男女共同参画プラザ「カダール」

○メールの場合 [kadar-kouza@kadar-acor.jp](mailto:kadar-kouza@kadar-acor.jp)

(下記の内容を記入し、件名に「リフレッシュ講座」と入力してください。)

2019 年 月 日 申込

ふりがな		性別(ご自身の性認識で ○をつけてください)	年代
氏名		・男性 ・女性 ・どちらでもない	代
連絡先	ご住所 〒		
	TEL	FAX	
登録団体名	カダールの登録団体に所属されている方は団体名をご記入ください。		

※いただいた個人情報は青森市の事業運営上の目的以外で使用することはありません。