

コツコツ貯筋体操参加申込書

ふりがな		性別		
氏名		男・女	生年月日	年 月 日 (歳)
住所	〒 - 柏崎市		電話	()
団体名				

*体操に参加するきっかけとなった紹介先にV印をご記入ください。(複数可)

☐	知人	☐	市役所等の行政機関
☐	町内会	☐	広報
☐	老人会	☐	地域包括支援センター
☐	民生委員	☐	その他:

*コツコツ貯筋体操を実施する上で、心配な事がありましたらご記入ください。

同意書

コツコツ貯筋体操は**全て自己責任**で行うものです。安全に実施するため、通院中の方は、あらかじめ主治医に相談し、運動制限の有無や注意事項を確認しておきましょう。

往復途上や会場内で万一の事故が生じた場合、**主催者や運動サポーターは責任を負いかねます**ので、予めご了承ください。

以上の説明を理解した上で体調に留意し、コツコツ貯筋体操を実践することに同意します。

年 月 日

氏 名
(自 署)