



毎日できる

誰でも  
できる!

やって楽し  
い

笑いでいっ  
ぱい



初心者大歓迎

# 認知症予防 だんだんダンス 初級・中級講座

お一人様でも  
お申込みできます。

一緒に踊ろう！いつでも、どこでも、座ったままでもレッツダンス♪

## 初級

「認知症予防のダンスを知りたい」「体操が好き」「楽しく動きたい」「自分の体のためにやりたい！」

時間:60分 受講料:1,500円(税込) 場所:デイサービスセンターやわらぎ阿佐谷

## 中級

「効果的に認知症予防として生かしたい」「ちゃんと習ってみたい」「地域や仲間と一緒に踊りたい」

時間:120分 受講料:3,000円(税込) 場所:デイサービスセンターやわらぎ阿佐谷

※インストラクターを目指すための上級講座もございます。

お申込みお問合わせ **だんだんダンス事務局** (デイサービスセンターやわらぎ・阿佐谷)

杉並区成田東5-30-7 (成宗須賀神社。杉並高校近く)

JR中央線、JR総武線、東京メトロ東西線「阿佐ヶ谷」駅より徒歩15分

東京メトロ丸の内線「南阿佐ヶ谷」駅より徒歩5分

【TEL】03-5397-8030 【メール】[info@dandandance.jp](mailto:info@dandandance.jp)

だんだんダンス

検索

# 私たちが、楽しくご指導いたします！



## 開講講座スケジュール

2018年 開催日	初級講座	中級講座
3月17日(土)	10:00-11:00	12:00-14:00
4月12日(木)	18:00-19:00	19:00-21:00
4月22日(日)	10:00-16:00 ※上級講座	
5月19日(土) ※この日のみ立川・駅徒歩5分の場所 になります。	10:00-11:00	12:00-14:00
6月7日(木)	18:00-19:00	19:00-21:00
6月24日(日)	10:00-11:00	12:00-14:00
7月22日(日)	10:00-16:00 ※上級講座	

※ 7日前時点で最小催行人数に届かない場合は、中止の可能性あります。  
※ 上記日程以外でデイサービスでのダンス体験会(だんだんカフェ)もやっています。  
※ 上級講座(インストラクター養成)の内容や受講料などにつきましてはお気軽にお問合せください。

## 申込方法・〆切

電話もしくはメールにてお申し込みください。メールにて申し込みをされる方は、①名前 ②住所 ③電話番号 ④勤務先・所属団体(任意) ⑤申込日 をご記載ください。開講7日前が〆切です。

## 場所

### デイサービスセンターやわらぎ・阿佐谷

杉並区成田東5-30-7(成宗須賀神社。杉並高校近く)  
JR中央線、JR総武線、東京メトロ東西線「阿佐ヶ谷」駅 徒歩15分  
東京メトロ丸の内線「南阿佐ヶ谷」駅より徒歩5分

オレンジの壁が目印の少し小高い所にある一軒家です。畑もあってのんびりした雰囲気ですから、楽しみにお越しください。

