



きれいに歩いて すっきりしよう

定員
各回
20名

ジャズダンスの基本はバレエ。
基本に忠実に、体幹を整え、きれいに歩くレッスン。

年齢・性別を問わず、まずはきれいに歩く
ことから始めましょう！

真剣さと笑いが交差する独特の指導は、
熱気にあふれ受講生を夢中にさせ、去年も大人気！

一時
保育有
(無料)

と き 第1回目 令和7年6月21日(土)
午前10時～11時30分

第2回目 令和7年7月 3日(木)
午前10時～11時30分

ところ 東大阪市リージョンセンター くすのきプラザ
多目的ホール (希来里ビル5階)

参加費 1回 1,000円

講師 ヨーコ・ジャズ・カンパニー主宰 おく 奥 ようこ 洋子さん

※ストレッチ用にヨガマット又は大きいバスタオル、汗拭きタオルを
ご持参ください。当日は動きやすい服装でご参加ください。

きれいに歩いてすっきりしよう

- 日 時：①令和7年6月21日（土）
②令和7年7月3日（木）
いずれも午前10時～11時30分
- 会 場：東大阪市リージョンセンター くすのきプラザ
多目的ホール（希来里ビル5階）
- 対 象：どなたでも参加できます
- 定 員：各回20人
- 参加費：1回 1,000円
- 一時保育：1歳～就学前幼児
定員 先着10人 無料
(各開催日の3開館日前までに要申込)

- 申込方法：
イコーラム窓口（申込時間は休館日を除く午前9時～午後9時30分）に、必要事項をご記入の上、参加費を添えてお申込みください。
※キャンセルはできません。
- 申込先着順
※空席があれば当日申込も可

★お申込み・お問合せ★

〒578-0941 東大阪市岩田町4-3-22-600

東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム

TEL : 072-960-9201

FAX : 072-960-9207

E-mail ikoramu@nifty.com

URL https://www.ikoramu.com

休館日：月曜日(祝日・振替休日の場合は開館し、翌平日に休館)

及び年末年始（12月29日から1月3日）



(近鉄奈良線 若江岩田駅前 希来里ビル施設棟 6F)



持続可能な開発目標(SDGs)は、2015年の国連サミットで採択された17の国際社会共通目標(2030年まで)です。目標5は「ジェンダーの平等を達成し、すべての女性と女児のエンパワメントを図る」です。

「きれいに歩いてすっきりしよう」 申込フォーム イコーラム宛

※イコーラムカレッジ受講証をお持ちの方は、太枠の中だけご記入ください。

ふりがな				受講証番号				
お名前					年 代	歳代		
電話番号	(自宅・携帯)							
参加希望日	参加希望日に丸印○をつけてください。 (6/21 ・ 7/3)							
Eメール				FAX	(自宅・勤務先)			
住 所	東大阪市（在住・在勤・在学）・その他							
一時保育希望	有・無	ふりがな			お子さんの生年月日	年	月	日
		お子さんのお名前						

※お申込みにあたってお預かりする個人情報は、本事業以外の目的で使用することはありません。

FAX 072-960-9207