

和歌山の童謡に合わせて楽しく健康づくり

和歌山リフレッシュ体操

『まりと殿様』

第2弾 新発売!

『まりと殿様2』

ボールを使ってさらに楽しく!

第2弾では“まり（ボール）”を使用した体操を収録。楽しみながら筋力・バランス能力・健康維持を目指します。

全4種類収録



座位
(普通)



座位
(スロー)



立位
(普通)



立位
(スロー)

第1弾

座位体操+立位体操
和歌山の童謡に
合わせた健康体操



第2弾

ボール使用
より楽しく
運動できる内容



おすすめ!

第1弾+第2弾セット

2枚: 900円

- DVD 価格 (税込) -

施設受取	郵送 (和歌山市内)	郵送 (和歌山市外)	2枚目以降
1枚 500円	実費送料 (送料は事業所にお問い合わせください)	1枚 1,200円 (送料込み)	+ 500円/枚

※郵送希望の場合、入金確認後の発送となります。

ご注文
方法



電話



メール



FAX (裏面申込書)

お気軽に
お問い合わせください

販売
窓口

NPO法人エルシティオ
事業支援センター ソラーナ

住所: 和歌山市新中島132-6
TEL: 073-498-5883
MAIL: nakano@npolsio.com

社会福祉法人つわぶき会 T-JOB

住所: 和歌山市美園町5丁目4-2
TEL: 073-488-6661
MAIL: tjob@tuwabuki.jp



※DVDプレイヤーの機種によっては再生できない
場合があります。あらかじめご了承ください。

学校法人 聖和会
和歌山リハビリテーション専門職大学

所在地: 和歌山市湊本町3丁目1番
サイト: <https://wakayama.kyowa.ac.jp/>
電話番号: 073-460-4888 担当: 松井



FAX申込用紙

ご注文は、下記の内容を明記していただき、希望連絡先に受付します。

NPO法人 エルシティオ
事業支援センター ソラーナ

和歌山市新中島132-6

FAX 073-435-4777

社会福祉法人つわぶき会 T-JOB

和歌山市美園町5丁目4-2

FAX 073-488-6662

どちらかの番号にFAXしてください。番号をお間違えないようお願いいたします。

注文記載内容

◆ 商品選択

ご希望の商品にチェック☑をお願いいたします。

☐ **まりと殿様 1** _____ 枚

☐ **まりと殿様 2** _____ 枚
(ボール使用)

☐ **第1弾 + 第2弾セット** _____ セット
(2枚 900円)

◆ 商品引き渡し方法

ご希望にチェック☑をお願いいたします。

☐ 事業所にて受け渡し



☐ 郵送希望 (和歌山市内)



☐ 郵送希望 (和歌山市外)



※ご希望にチェック☑をお願いいたします。

◆ DVD 価格 (税込)

・施設受取：1枚 **500円**

・第1弾 + 第2弾セット：
2枚 **900円**

・郵送 (和歌山市内)：
実費送料
(詳細は事業所にお問い合わせください)

・郵送 (和歌山市外)：
1枚 **1,200円** (送料込み)

・2枚目以降：
+ **500円** / 枚

氏 名	
住 所 郵送の場合、配送先	〒
電話番号※	
FAX番号	
E-Mail	

※電話番号のご記入は必須でお願いします。

◆ 受付連絡方法

ご希望にチェック☑をお願いいたします。



☐ 電話



☐ FAX



☐ E-Mail

【事務局記入欄】

合計金額：_____ 円

入金確認日：_____ 年 _____ 月 _____ 日

発送日：_____ 年 _____ 月 _____ 日

ご希望にチェック☑をお願いいたします。

また、上記受付連絡方法以外に急を要する場合はお電話させていただきますことをご了承ください。

申込用紙に記入していただいた個人情報は、今回の運営管理のみ使用させていただきます。

ご注文から、受付連絡や完成まで数日いただくことがございます。

また、郵送希望の場合、事業所より入金先を記載した受付票を送りますので、着金を確認後に送付しますことをご了承ください。