

岡山商科大学 ～健康な心とからだづくりをめざして～

リフレッシュ ダンス 教室

2025 年
前期受講者
募集中!



音楽に合わせてゆっくり身体を動かしたり、頭の体操をしたり、誰でもできる手軽な体操やダンスなどに親しめる教室です。シニア層の方も安心して受講できます！

開講時期:4月～7月 月曜日 11:00～12:30(90分程度)

会場:岡山商科大学 剣道場

料金:パスポート券 12,000 円、受講券 1 回 2,000 円、※体験もできます(体験料1,000円)。

保険料:64 歳以下 1,850 円、65 歳以上 1,200 円 ※初回のみ(申込日～翌年 3 月末まで有効)。

定員:30 名(最少催行人数:4 名)

持参物:動きやすい服や靴、水、タオル 2 種類(床に敷く用の大きめのもの、汗拭き用)

指導者:青山敦子(岡山商科大学 社会総合研究所客員教授)

広島大学を卒業後、高校保健体育教師としての勤務を経て、現在、岡山商科大学へ勤務。ミスダンスドリルチーム・インターナショナル・ジャパン理事として県内外の中・高校生のダンス指導に携わっている。現在はダンスの力で社会貢献していく活動を継続中。

<これまでの業績>

★総社南高校ダンス部指導における業績・・・ミスダンスドリルチーム・インターナショナル・ジャパン国内外の大会で優勝等多数入賞。

★第25回国民文化祭おかやま2010、平成26年岡山県民文化祭、平成28年全国高校インターハイ総合開会式、イノベーションコンテスト2018などの開会式やオープニングの全体指導や振付け、パフォーマーを担う。

★学校体育研究功労者・芸術文化功労者・教育関係功労者として数々の賞を受賞、令和4年度は全国女子体育連盟指導者賞を受賞。

指導者:小野陽美(岡山商科大学 社会総合研究所特別研究員)

日本体育大学を卒業後、高校保健体育教師としての勤務を経て、現在、岡山商科大学へ勤務。

<これまでの業績>

★岡山国体開会演技(ダンス)演技指導補助

★全国高等学校ダンスドリル選手権大会 MR.SOLO 部門第3位選手指導

★全国高校総体(岡山)歓迎演技(ダンス)演技指導補助

ご要望があれば
お伺いして(企業・
市町村・公民館等)
ご指導いたします!

お問い合わせ:岡山商科大学社会総合研究所 TEL. 086-252-0642(代)



「リフレッシュダンス教室」受講申込書



E-mail (syaken@po.osu.ac.jp)、FAX (086-256-6673) または郵送でお申込下さい。

申込年月日	西暦 年 月 日			
ふりがな 氏 名				
生年月日	西暦 年 月 日生	年 齢	満 () 歳	
現住所	〒 ()			
連絡先	TEL		携帯電話	
e-mail				
緊急連絡先	氏名	続柄 ()	TEL	
職 業	1. 会社などの正社員（正職員） 2. 会社などの契約・嘱託・派遣社員（職員） 3. 学生（アルバイトを含む） 4. 主婦 5. その他 ()			
その他、気になることが あればご記入ください。				

＜受講券＞ 参加されるご予約の日には○をつけてください。

開催日	参加予定	開催日	参加予定	開催日	参加予定
4月 21 日（月）		6月 2 日（月）		7月 7 日（月）	
4月 28 日（月）		6月 16 日（月）		7月 28 日（月）	
5月 26 日（月）		6月 30 日（月）		パスポート券（全8回）	

パスポート券だと
1回1,500円で断然、おトク!

受講券の種類	受講料（税込）	備考
パスポート券	12,000 円（初回のみ別途保険料をいただきます。）	全 8 回受講可能。 初回参加時に現金払いをお願いします。
受 講 券 （1 回券）	2,000 円（初回のみ別途保険料をいただきます。）	1 枚につき 1 回のみ受講可能。 当日会場にて現金払いをお願いします。

※受講券は 2025 年 4～7 月開催の講座に限り有効です。

＜お問い合わせ＞

岡山商科大学 社会総合研究所
〒700-8601 岡山市北区津島京町 2-10-1
TEL 086-252-0642(代表)
FAX 086-256-6673
E-Mail:syaken@po.osu.ac.jp

