



シニアの  
ための

健

康

# けん玉教室

2024年6月20日(木)  
14:00 ~ 16:30  
(13:30より受付)

4F 第3, 4集会室

定員: 25名

2024年7月28日(日)  
14:00 ~ 16:30  
(13:30より受付)

4F 第3, 4集会室

定員: 25名

要事前申込み

定員  
抽選で25名

応募締切

6/20 開催分  
6/5(水)必着  
7/28 開催分  
7/12(金)必着



家の中でもどこでも手軽にできるけん玉で、楽しく遊びながら運動不足の解消や認知症の予防をしませんか？

けん玉指導員が丁寧にやり方を説明します。

当日は、動きやすい服装でご来場ください。  
けん玉をお持ちの方はご持参ください。  
お持ちでない方には無料で貸出いたします。  
ご希望の方にはけん玉の販売もいたします。  
〔1本 1,700円(税込)〕

〔対象〕 50歳以上  
〔参加費〕 無料  
〔持ち物〕 汗拭きタオル  
飲み物





## 講師紹介

関 誠 (せき まこと)

公益社団法人日本けん玉協会 けん玉道 参段  
2級指導員、健康けん玉指導員

大田区内の地域包括支援センターと連携して高齢者を対象に健康けん玉教室を実施し、健康けん玉の指導や級位認定を行っています。



## お申し込みは、ホームページまたは往復はがき

応募締め切り 6/20 開催分：6/5 (水) 7/28 開催分：7/12 (金) 必着

※ 応募締め切り日で定員に達しない場合は引き続き募集いたします。

### ① 大田文化の森運営協議会ホームページ <https://www.bunmori-unkyo.jp/>

「イベントカレンダー」から6/20又は7/28「シニアのための健康けん玉教室」をクリックして、「イベント申込みフォーム」に必要事項を入力後送信。

※応募前に「@bunmori-unkyo.jp」からのメールが確実に受信できるようメール受信の各種設定を必ずご確認ください。

※抽選結果のメールが届かない場合は、お手数ですが、大田文化の森運営協議会までご連絡ください。

### ② 往復はがき

希望される開催日をどちらかご記入ください。

※両日も希望される場合は、お手数ですが別々の往復はがきでお申し込みください。

※同伴者がいらっしゃる場合、同伴者名・年齢も忘れずにご記入ください。

往信おもて

返信うら

返信おもて

往信うら

<p>青色の 切手</p> <p>〒143-0024</p> <p>大田区中央二ー〇ー</p> <p>大田文化の森運営協議会</p> <p>6/20又は7/28</p> <p>「シニアのための健康けん玉教室」係</p> <p>往信</p>	<p>※何も書かないで ください</p>	<p>緑色の 切手</p> <p>返信</p> <p>□□□□□□</p> <p>※申込者の 郵便番号・住所・氏名を 記入してください</p>	<p>申し込み記入</p> <p>企画名： 6/20又は7/28 「シニアのための健康けん玉教室」 (ふりがな)</p> <p>氏名： (年齢)</p> <p>同伴者名① (年齢)</p> <p>同伴者名② (年齢)</p> <p>住所：</p> <p>電話番号：</p>
---	--------------------------	---	--



【お問合せ】 9:00~17:00

(土・日、祝日、大田文化の森休館日を除く)

大田文化の森運営協議会

Tel 03-3772-0770 / Fax 03-3772-0704

<https://www.bunmori-unkyo.jp/>

