



シニアの
ための

健

康

けん玉教室

2024年12月19日(木)

14:00 ~ 16:30
(13:30より受付)

4F 第3, 4集会室

定員: 40名

2025年1月26日(日)

14:00 ~ 16:30
(13:30より受付)

4F 第3, 4集会室

定員: 50名

要事前申込み

参加費
無料

応募締切

12/19 開催分
12/4(水)必着
1/26 開催分
1/10(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 12/19 開催分：12/4 (水) 1/26 開催分：1/10 (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12/19又は1/26「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>12/19 又は 1/26</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>□□□□□□</p> <p>返信</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： 12/19 又は 1/10 「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/>

