



健康

けん玉・教室

2023年10月26日(木) • 11月23日(木祝) 場所:大田文化の森4階 第3、4集会室

🔐 初心者向け教室

10:00 ~ 12:00 (9:30より受付)

健康けん玉教室に参加未経験者の方が 対象になります。

経験者向け教室

14:00 ~ 16:30 (13:30より受付)

健康けん玉教室に参加経験のある方が対象になります。

- 初心者向け教室・経験者向け教室ともほぼ同じ内容になります。
- 過去ご参加経験のある方は、できるだけ経験者向け教室にご参加ください。

要事前申込み

定員 抽選で25名 (各教室)

応募締切

10/26 開催分 10/13(金)必着 11/23 開催分 11/10(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 1,500円(税込)〕

〔対 象〕 60 歳以上

〔参加費〕 無料

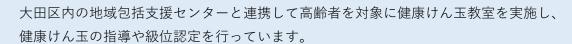
〔持ち物〕 汗拭きタオル

飲み物



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





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 10/26 開催分:10/13(金) 11/23 開催分:11/10(金)必着

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 10/26 又は 11/23「シニアのための健康けん玉教室」(初心者向け) 又は(経験者向け)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

人心多的に「Gbuillion unityo.jp」がクッパールが雇失に文品できるようパール文品の古佳改定を必ずと雇品 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。

※両日と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 **〒143-0024** 申し込み記入 青色の 緑色の 企画名: 切手 切手 記郵※ 10/26 又は 11/23 大田文化の森運営協議会 田 配入してください郵便番号・住所・氏 便番号・住所・申込者の 10/26 又は 11/23 「シニアのための健康けん玉教室」 一アのための健康けん 区 往信 返信 中央-初心者向け又は経験者向け教室 初心者向け又は 経験者向け (ふりがな) Т 氏名: (年齢) 同伴者名① (年齢) Q 同伴者名② (年齢) 玉教室. 仹 所: 係 電話番号:



◎乗車バスの行先

JR大森駅[西口] 東急バス 上池上循環(外回り) 池上駅行き 蒲田駅行き 洗足池駅行き 荏原町駅入口行き

東急池上線池上駅 東急バス 上池上循環(内回り) 大井町駅行き 品川駅行き

大森駅行き

JR蒲田駅[西口] 東急バス 大井町駅行き

どちらから来ても 「大田文化の森」下車徒歩1分 【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/

