

練馬区出張型街かどケアカフェ

かんたん楽しい！ゲームボッチャ

「ボッチャ」はヨーロッパ生まれのパラリンピック正式種目です。

すべての垣根を越えてどなたでも出来るスポーツです。

ボールを投げたり転がしたりして得点を競います。やり方は簡単！

一緒に身体を動かしましょう。



日時：10月20日(月)14:00～15:00

場所：厚生文化会館 地下大会議室

講師：ゆうゆう倶楽部(フレイル予防サポーター)

持ち物：飲み物、タオル(運動に使用します)

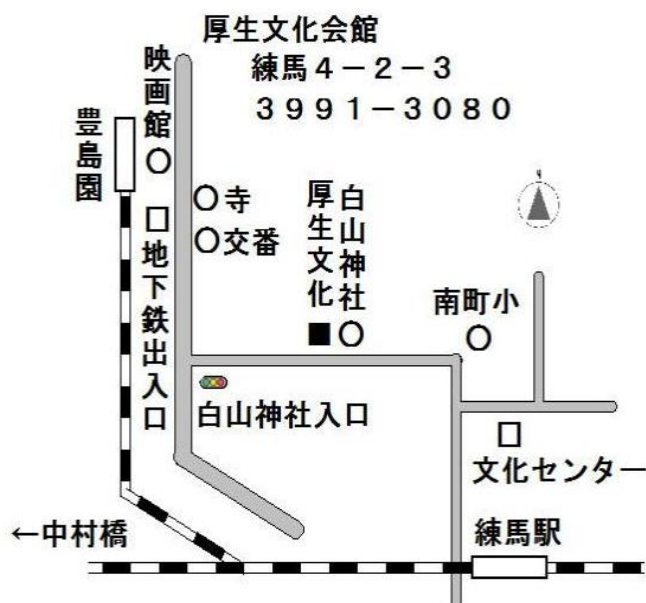
※事前申込み制です。

10月1日より、お電話にて申込み受付開始

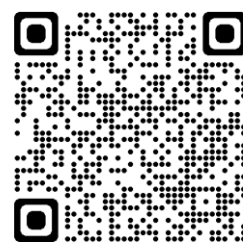


* 風邪症状などがある場合、参加をご遠慮頂くことがあります。

* 水分の準備のご協力をお願い致します。



詳しくは包括の
ホームページをご覧ください。
QRコードはこちら→



☆お問い合わせ・申し込み先☆

練馬地域包括支援センター

☎：03-5984-1706

