



第1回 健康とスポーツの祭典

みんなでいろいろなスポーツを体験しよう！



ミニ
テニス



筋肉ストレッチ
講習会

※高校生以上
事前申込



ビーチボール
バレー

ヒトミツク

※0～2歳
事前申込



ヒップホップ
ダンス

※幼児
事前申込

トレーニング
無料体験

※高校生以上
事前申込

認知症
相談室

おいしい
模擬店
おいしい

腕相撲
大会

※小学生以上
事前申込

座いながらの
健康体操

※65歳以上
事前申込

ストレッチ

※20歳以上
子育て世代
事前申込

テニス

※小学生以上

グラウンド
ゴルフ

健康
相談室

事前申込

巨大
めいろ

子ども
和太鼓

※中学生以下

模擬店以外のプログラムはすべて無料です。
動きやすい服装でご来場ください。

平成29年3月12日(日)

午前10時(開場9時40分)～午後3時

会場：八広地域プラザ吾孺の里

お問い合わせ：03-6657-0471



～吾孺の里～ 第1回 健康とスポーツの祭典 プログラム 平成29年3月12日(日)

＜事前申込み(無料)＞ 申込期間：2月11日(土)～3月10日(金)

種目	会場	時間	対象	定員
リトミック体験教室	多目的ホール	10:00～10:45	0・1歳	10組
		12:00～12:45	2歳	10組
ヒップホップダンス体験教室		11:00～11:45	幼児 (3～6歳)	25名
		13:00～13:45		25名
ストレッチ体験教室		14:00～14:45	20歳以上	20名
座りながらの健康体操教室		10:00～11:00	65歳以上	20名
		11:00～12:00		20名
腕相撲大会 ※大会に出場したことがない方 ※右腕のみ	大会議室	12:30～15:00	①小学生1～3年 ②小学生4～6年 ③中学生 ④高校生 ⑤一般(男・女)	各8名
スポーツをしている方のための 「筋肉ストレッチ講習会」	中会議室	10:00～11:00	高校生以上	10名
		11:00～12:00		10名
トレーニング室(初回講習) ※初回講習を受講済みの方は自由にご利用いただけます。	トレーニング室	①10:30～ ②11:30～ ③13:30～	高校生以上	各4名
健康相談室	相談室1 相談室2	①10:00～ ②10:30～ ③11:00～ ④11:30～ ⑤13:00～ ⑥13:30～ ⑦14:00～ ⑧14:30～	全年齢	各1組

※お電話(03-6657-0471)または1階受付にてお申込みください。2/20(月)は休館日です。
※全て先着順です。事前申込みで定員に満たない場合は、当日も受付します。

＜自由参加(無料)＞

種目	会場	時間	対象
ミニテニス	体育館 室内履きを ご持参ください。	10:00～11:30	全年齢
ビーチボールバレー		12:00～13:30	
ソフトバレーボール		13:30～15:00	
テニス(A面)	多目的運動場	10:00～11:30	中学生以上
テニス(B面)		小学生	
グラウンドゴルフ(体験会)		12:00～13:30	全年齢
グラウンドゴルフ(試合)		13:30～15:00	
子ども和太鼓体験会	音楽スタジオ	①10:30～11:30 ②12:00～13:00 ③13:30～14:30	幼児～中学生
腕相撲体験	大会議室	12:30～13:00	小学生以上
認知症相談室 (はなみずき高齢者支援総合センター)	図書・自習コーナー	10:00～15:00	

いろいろな模擬店と
 巨大めいろは
 コミュニティゾーンに
 登場するよ。

八広地域プラザ 吾孺の里

■交通機関

- ◎京成押上線「八広駅」下車
はなみずき通り方面 出口 徒歩7分
- ◎墨田区内循環バス 北東部ルート
⑬「東墨田二丁目」下車 徒歩3分
⑭「八広(八広駅)」下車 徒歩5分
- ◎都バス
錦37「八広六丁目」下車 徒歩1分
上23「東墨田二丁目」下車 徒歩3分



- ◎全館開館時間は、
午前9時40分～午後3時です
午後3時以降は「コミュニティゾー
ンを除いて全て閉館となります」
- ◎駐車場はご利用できません
- ◎通常の受付業務(空室状況お問合せ
予約、支払い等)は「遠慮ください」

《祭典当日のお知らせ＆お願い》



〒131-0041 東京都墨田区八広4-35-17
TEL.03-6657-0471
URL.http://www.azumanosato.com