



# 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**  
※高校生以上  
事前申込

**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

**腕相撲大会**  
※小学生以上  
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

**ヒップホップダンス**  
※幼児  
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

**ソフトバレーボール**

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