

# 軽スポーツ & レクリエーションで 健康・笑顔に



軽スポーツやレクリエーションを行うことで人と交流し、  
頭や体を動かす活動をおこなっていきます。  
世代を超えて、一緒に楽しみましょう！

時間:各回  
14:00~  
16:00

## 【実施予定】

- ・7月5日(土) ボッチャ体験会&練習会
- ・8月23日(土) ニュースポーツ①
- ・9月20日(土) ニュースポーツ②



【ニュースポーツとは・・・】

フリスビーを使って、的(パネル)を狙って得点を競うディスクゲッターや、紐でつながった  
2つのボールをはしごに向かって投げて引っかけるラダーゲッターなどのスポーツ等を楽しめます

- ・10月18日(土) ボードゲーム オセロやトランプ・UNO 等の他、大人も子どもも一緒に  
なって楽しめる卓上ゲームを用意しています!
- ・11月15日(土) ゆるピンポン

温泉で楽しむような、ゆるっとした卓球を楽しめます  
ピン・ポンと、ラリーを続けることにチャレンジ!

※軽スポーツの日は、かかとのついた室内履きをお持ちいただくと動きやすいです(館内スリッパは有)

予告:12月20日,令和8年1月17日,2月21日,3月21日  
(8月以降は、毎月第3土曜日に実施予定)

☆このイベントは、どなたでも無料で参加できます

(小学生未満のお子様は要保護者同伴) 各回 20名程度

出入り自由ですので、ぜひお気軽に岡上分館にお立ち寄りください 岡上分館 HP ↑

住所:川崎市麻生区岡上3-15-5 / 電話:044-988-0268

