

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イスゲッターや、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みます
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

