

～不動産地域分館活動～



6月8日(日)開催 健康づくり教室

毎年みんなで軽体操をしている健康づくり教室。
今年は2月にも不動産で開催した「モルック」を、もう一度やってみましょう！
もちろん自宅でできるストレッチや軽体操もお教えます。
みんなで体を動かして楽しく汗を流しましょう！

●日 時 6月8日(日) 午前10時～11時30分

●ところ 不動産地域生涯学習センター 体育館

●参加費 無料

●講 師 佐久間 俊明さん(生涯スポーツ指導員)
金井 啓一さん(スポーツ推進員)

●持ち物 タオル(汗拭き用)、飲み物(水分補給用)、
内履き

●申込み 必要ありません

※当日来られた時に、氏名・住所・電話番号をお聞きます。

「モルック」って何？

「モルック」と呼ばれる木の棒を投げて、
「スキttl」と呼ばれる木の棒を倒します。
倒れた本数か、そこに書かれた数字によって得点を数えます。
やってみるとなかなか難しい！でも楽しい！
チームに分かれて対戦してみましょう。
子どもも大人も楽しめるよ！



—— 問 合 せ ——

《名立区総合事務所 教育・文化グループ》

TEL 537-2126 担当 川澄 恵

※本事業の写真やアンケート等を、記録や広報等に使う場合があります。ご了解の上、ご参加ください。
※発熱や風邪症状がある時には参加をご遠慮ください。