

陽光台公民館だより

回覧

令和8年4月15日号 No.1

市立 陽光台公民館

電話：755-3451

陽光台地区

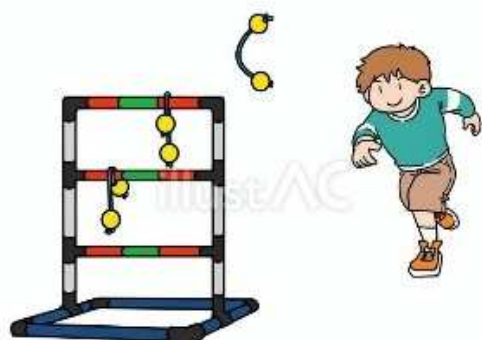
# ゲームで愉しく

ニュースポーツ

## ラダーゲッター

LADDER GETTER

募集定員



### 参加者募集！ 申込み順 16名

☆☆☆ ルールは簡単！ ヒモでつながっている2個のボールをラダー（ハシゴ）に向かって投げ、それぞれ得点の違う3段のラダーのいずれかにハング（引っ掛かる）すると得点になります。老若男女、3世代でも楽しめるニュースポーツゲームです。！



☆☆☆

## 日時 令和8年5月20日（水曜日）

午前10時～午前11時30分（受付開始 午前9時30分～）

【会場】 陽光台公民館 大会議室

【参加要件】 今回は介助なしで活動できる＜50歳以上＞の方。

【講師】 日本レクリエーション協会 高橋 佐知子インストラクター

【参加費】 無料

【持ち物】 運動しやすい服装・汗ふきタオル・水分補給の飲物

用具は「健康づくり普及員協議会」で用意しています。

【申込み】令和8年4月16日（木）～ 5月18日（月）（9：00～17：00）

☎042-755-3451 陽光台公民館

主催 陽光台地区 健康づくり普及員協議会

