

障害のある人も  
ない人も誰でも  
楽しめるスポーツが  
あります!



※写真は過去の教室の様子です。



# スポーツ・レクリエーション教室

実施予定種目

ボッチャ、ラダーゲッター、クラフト、太極柔力球など

## レクリエーション

ボッチャ、ラダーゲッター、そして誰でも簡単にできて楽しめるクラフトやゲームに挑戦しませんか?みなさんと一緒に楽しみましょう!

## 太極柔力球

太極柔力球は中国生まれの新しいスポーツです。軽いラケットにラバーボールを乗せ、音楽に合わせて身体をゆっくりと動かします。立った姿勢でも座った姿勢でもできる簡単な運動で、どなたでも楽しむことができます。

～たくさんチャレンジしてみよう!～

日程

令和5年

1月22日(日)

令和5年

2月5日(日)

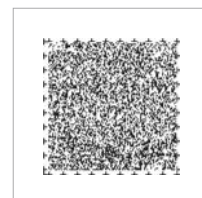
時間 13:30～15:30(受付13:00～)

会場 北特別支援学校 体育館  
(北区十条台一丁目1番1号)

送迎バス 王子駅 発着(要予約)

※送迎バスは先着順です。定員には限りがございます。

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、教室が中止や延期になる場合があります。(感染拡大防止措置の詳細及び中止・延期のお知らせはホームページからご確認いただけます)



主催

東京都



公益財団法人  
東京都スポーツ文化事業団

協力

NPO法人新宿区レクリエーション協会  
(一社)日本太極柔力球協会

## 対象

### ①障害のある方

※介助が必要な方は介助者同伴の上、ご参加ください。

### ②スポーツ・レクリエーション、太極柔力球に興味のある方

障害の有無に関わらずご参加いただけます。

(①・②ともに、小学生以上)

**定員** 20名/回(先着順)

**参加費** 無料

**持ち物** マスク・動きやすい服装・飲み物・室内用シューズ

参加者には  
ノベルティグッズを  
1つプレゼント!

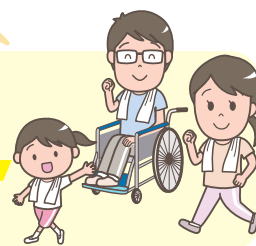


※マスクの着用、手指消毒の実施など新型コロナウイルス感染拡大防止措置の遵守にご協力をお願いいたします。



## ボランティアも募集中!

※詳しくは下記までお問い合わせください。



## 交通アクセス



### ■JR埼京線

「十条」駅下車

徒歩約15分

※「十条」駅北口にエレベーター有、  
南口にスロープ有

## お申込み方法

電話・FAX・郵送・インターネット(申込期日:開催日の3日前まで)  
詳しくは下記のURL、またはQRコードからホームページに  
アクセスしてください。

## お申込み・お問合せ先

### 公益財団法人 東京都スポーツ文化事業団 都立学校活用促進担当

〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷一丁目29番9号 日本パーティビル2階

TEL 03-6804-5636 FAX 03-5413-6926

ホームページ <https://www.tef.or.jp/business/school/>

(営業時間 平日9:00~21:00 / 土日祝日9:00~17:00)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、営業時間が変更になることがあります。

