

子どもから高齢の方まで**楽しく**汗を流しませんか？

多世代交流 スポーツフェス



令和2年 2/8 (土)

午前10時 ~ 正午

旧高須小学校体育館 (取手市高須2151)

参加無料・申込不要

来場者にはとりかめくんふせん紙
プレゼント (先着500名様)



カーリング (NPO法人とりで西部 ふれあいクラブ)

- 氷上のカーリングの室内版。
ジェットローラーを放ち、ポイントゾーンの中央を
取り合います。

認知症予防 デュアルタスク (シナプソロジーインストラクター 清田恭子 氏 NPO法人産業健康振興協会)

- 2つのことを同時に行い、運動機能と思考機能を
司る前頭葉を刺激します。

体力測定会 (㈱東京アスレティッククラブ 取手グリーンスポーツセンター指定管理者)

- (身長、体組成測定、握力、長座体前屈、
2ステップ、片足閉眼)

スポーツ吹き矢 (NPO法人 取手セントラルクラブ)

- 呼吸器の健康維持増進など、多くの健康効果が
あります。

ソフト剣チャンバラ (NPO法人 取手セントラルクラブ)

- 安全で健康的なチャンバラごっこです。
スポンジ製の剣と防護ヘルメットを使用します。



- 動きやすい服装・室内履きでご参加ください。
- 駐車場は、旧高須小学校体育館、TAKASU HOUSE(高須ハウス)をご利用ください。数に限りがありますので、乗り合わせでお越しください。
- 2/8、2/9は隣接の高須公民館にて公民館まつりを開催しています。一緒にお楽しみください。

【問い合わせ】

取手市役所 健康づくり推進課

電話 0297-74-2141

