

いい汗流そう in 尼崎

尼崎市立身体障害者福祉センター
主任・体育指導員・中級障害者スポーツ指導員

講師 **桐村 裕一**さん

あなたにとってスポーツとは？ 競技？ 趣味？ コミュニケーション？
そこで質問です！ 「障がい者スポーツ」という言葉、ご存知でしょうか？
この機会に皆さんも一緒に、障がい者スポーツを体験してみませんか？
これであなたもスポーツ博士！！

主な内容 講 義：スポーツの歴史とパラリンピック

基本体操：スポーツを始める前の心得

※ケガを未然に防ぐ方法&ケガをした時の応急処置の方法

実技体験：ふうせんバレー

普段からスポーツと親しんでいる人も、全然からだを動かさないという人も、

ふうせんバレーを体験して、みんなでいい汗流してスッキリ爽快♪

と き 平成 25 年 1 月 26 日 (土) 13:00~15:30
定 員 30 名程度
対 象 障がいをお持ちの方、そうでない方、老若男女どなたでもご参加下さいませ
資料代・保険料 500 円
持 ち 物 タオル・水分補給の為の飲み物 ※動きやすい服装でお越しください。
会 場 尼崎市立障害者福祉センター 体育館
兵庫県尼崎市三反田町 1 丁目 1 番 1 号
JR 立花駅から東へ 800 メートル
市バス「障害者福祉センター」すぐ、「七松町 3 丁目」から北へ 200m
「市役所」から北へ 400m

※点訳・音訳の資料もございます。部数に限りがありますので、ご希望される方は恐れ入りますがお早めに水取までご連絡ください。

申込締切 平成 25 年 1 月 25 日 (金)

会場等準備の為、お早めにご連絡いただくと幸いです、
もし間に合わなくても、当日参加 OK です

お問合せ・申込先 080-1436-0159 水取(みずとり)

後援：尼崎市・尼崎市教育委員会・尼崎市社会福祉協議会

協力：尼崎市立身体障害者福祉センター

株式会社ボーダーレス・株式会社ライブラリー

ライフケアサービスタンポポ・NPO 法人いなほ

ヒーリングケアサロン air du temps

