

# 運動導入教室

家にこもりがちになり、体をあまり動かさなくなったあなた！

新年を迎え、新しいことにチャレンジしたいあなた！

みんなで、たのしく、いっしょにからだをうごかしてみませんか？

**対象** 障がいのあるなしに関わらず、身体を動かして運動してみたい方

**内容** 【第1部】 ボッチャ練習会の見学、ボッチャ体験  
【第2部】 個々の状態に応じた運動支援、さまざまな運動遊び、  
スポーツ体験（ボッチャ、フライングディスク）

**日時** 令和6年1月28日（日曜日）

【第1部】 11:00～12:00（受付 10:30～）

【第2部】 13:30～15:00（受付 13:00～）

※第2部からの参加も可能です

**場所** 茨城県立医療大学 体育館  
（稲敷郡阿見町阿見4669-2）



**参加費** 無料

## お問い合わせ・申し込み

参加ご希望の方は、参加者氏名、年齢、性別、住所、連絡先（電話番号、メールアドレス）を記入してメールで送信いただくか、QRコードを読み取り、申込事項を記入の上、送信して下さい（締め切り：1月14日）。

公益社団法人 茨城県理学療法士会  
社会職能局 スポーツ支援事業部（担当：鈴木・永井）  
y-suzuki@tius.ac.jp



【参加QRコード】