

東山田スポーツ会館だより

令和4年2月

特定非営利活動法人つづき区民交流協会

東山田スポーツ会館

〒224-0024 都筑区東山田町 105-2

TEL・Fax 045-593-4682

ホームページ <http://www.tsuzuki-koryu.org/>

日頃から、東山田スポーツ会館をご利用いただきありがとうございます。
冬季オリンピック・パラリンピックが開催され、日々熱戦が繰り広げられています。選手の活躍を拝見していると、体を動かしたくなりませんか？ぜひ、当館でスポーツをしてリフレッシュしてください！皆様の来館を心よりお待ちしております。



【令和3年度 自主事業】

☆ ペタンク大会 11/6（土）

優勝は2連覇を果たした高田レッドでした。おめでとうございます！

☆ いきいき健康体操、椅子ヨガも開催されました。令和4年度も皆様のご参加お待ちしております。



<優勝：高田レッド>



<椅子ヨガ>



【ミーティング室のエアコンが新しくなりました！】

無料で、幅広い目的で利用できる場所です。ぜひ、利用ください。

- ・会議 ・学習
- ・趣味の場：麻雀（道具あり）・書道・手芸・ヨガ

お母様の交流の場・ダンス練習等交流の場として）

※詳細はお問合せ下さい。



休館日：毎月第3月曜日、年末年始（12月28日～1月4日）



●交通のご案内

- 東山田スポーツ会館バス停前
- 東山田町バス停より徒歩約3分
- 新北川橋バス停より徒歩約3分
- 地下鉄グリーンライン東山田駅より徒歩5分

【令和4年度4月からの自主事業】

★ いきいき健康体操

前期 4/7～9/15

後期 10/6～3/16

(8月と1月は休講) 各15回開催

第1・2・3木曜日 2部制

・6月のみ第2・3・4木曜日となります。



★ 椅子ヨガ

I期 4/12～6/28

II期 7/5～11/1

III期 11/8～3/14 火曜日

(8月と1月は休講) 各10回開催

・椅子を使用した気軽に出来るヨガです。

★ 開港記念日 6/2 (木)

6/2 (木) の開港記念日はテニスコート、スポーツ室等が自由解放となります。ぜひ、遊びに来て下さい！



★ お口の健康 講座 日程未定

「長寿のカギは口にあります！」お口の健康は、様々な健康に影響します。お口の健康から、健康寿命を延ばしてみませんか？**無料**となっております。お気軽にご参加して下さい。

★ ペタンク大会 10/2 (日)

ペタンクは、目標球に金属製のボールを投げあって、相手のボールより近づける事で得点を得るというスポーツです。カーリングの地上版と考えるとイメージが付きやすいかと思います。

★ いきいき音読教室 日程未定

名作文学、詩などを、楽しく参加者全員と一緒に声を出して読みませんか？都筑図書館の司書の方と一緒に新たな読書体験が出来ます！

★ 会館まつり 11/13 (日)



●演技披露

空手、チアダンス、ブレイクダンスフラダンス、トランペット演奏

●模擬店

●フリマ出店等

★ ママさんバレーボール大会 3/12 (日)

第37回を迎える大会です。

日頃の練習の成果を発揮しませんか？



***状況により中止となることも在ります。また、日程未定の自主事業に関しては電話(045-593-4682)、もしくはホームページでご確認お願いします。**