

令和4年 月吉日

卓球（ラージボール）等を通して楽しく過ごしたい方  
卓球（ラージボール）等を通して楽しく遊ぶ会

サロン広瀬ラージボール（卓球）を楽しむ絆の会  
代表 今村 智子

広島市長松井一實様に提出していた地域高齢者交流サロン運営事業・地域介護予防拠点整備促進事業が選定された事を報告いたします。

さて、このサロンの目的の1つは、ラージボールをする事で、軽い運動、反射神経の刺激、考える事など含めて認知症の予防等に医学的に効果があると言われていています。練習内容の時間割は半分は体を動かし、半分は世間話をしながらお茶を飲み楽しいサロンにしたいと思えます。

この主旨に賛同していただき入会お願い申し上げます。

#### ※説明

- ①コロナワクチンの注射3回以上接種された方。
- ②服装 各自運動のできる服装・スポーツシューズ
- ③道具 各自 マイラケットがない方は卓球場で準備します。(無料)
- ④飲食 各自持参。希望の方はこちらでお菓子等を用意いたします。
- ⑤ゴミ等 各自持ち帰り
- ⑥駐車場 コインパークを利用してください。  
1台1回1人100円補助いたします。(4人の場合は400円)
- ⑦指導者 1人付きます。(グループ全体)
- ⑧グループ 初心者(ラケットを握った事のない方)・中級と分けます。
- ⑨練習日 月(土)・(土)・(土) AM10:00~12:00 土曜日が中心で月3回  
月は未定で皆様の意見を聞いて決めます。
- ⑩場所 広島縫製の隣のセブンイレブンの横 中区広瀬町6-3  
TEL:082-292-0980(サンスポーツ)
- ⑪設備 卓球3台 ロボット1台 空調設備あり
- ⑫会費 入会金65歳以上無料。月2,400円
- ⑬高齢者いきいき活動ポイント申請中で印が届き次第押します。
- ⑭余談 会員の中から年輪ピックの予選、全国大会に出場されたら援助いたします。  
(可能性大)
- ⑮1年間練習して上手になれば野球のカープ戦の券を2枚プレゼントします。

----- ✕ 切り取り線 ✕ -----

申込書

氏名: \_\_\_\_\_ 住所: \_\_\_\_\_

連絡先: \_\_\_\_\_ 年齢: \_\_\_\_\_ 男 ・ 女