

高齢者向けトランポリン教室

参加者募集！

両脚は健康のバロメーター
いつまでも自分の脚で歩ける
ようにしませんか！



日 時：令和7年10月1日～令和8年2月25日
(全20回) 毎週水曜 13時30分～15時

場 所：中央公民館大ホール（役場西側）

参加費：無料

対 象：65歳以上の方 定員30名まで

持参物：靴（外履き）、靴下、飲み物

問合せ・申込先：大刀洗町役場 福祉課 高齢者福祉係

TEL 71-2266 FAX 71-3063



ガードつきのトランポリンを使うので、運動
が苦手な方でも安心して運動できます。
靴下を履いてきてください♪

大刀洗町トランポリン教室 令和7年度 日程表

会場：中央公民館大ホール 時間 13:30~15:00

10月

1	10月1日 (水)
2	10月8日 (水)
3	10月15日 (水)
4	10月22日 (水)
5	10月29日 (水)

11月

6	11月4日 (火)
7	11月12日 (水)
8	11月19日 (水)
9	11月26日 (水)

12月

10	12月3日 (水)
11	12月10日 (水)
12	12月17日 (水)
13	12月24日 (水)

1月

14	1月7日 (水)
15	1月14日 (水)
16	1月21日 (水)
17	1月28日 (水)

2月

18	2月4日 (水)
19	2月18日 (水)
20	2月25日 (水)

※第2回と第19回に
効果測定を行います。