



(一社) 体カメンテナンス協会講師による実技教室

# 認知症予防に バランスボールで脳活性化

リズム運動は認知症予防になるようです。頭も体も動かしながら、認知症予防をはじめませんか？  
簡単な動きなのに頭も一緒に使うと…あらフシギ？もう一度挑戦してみたいくなる、そんな運動一緒に楽しみましょう。若々しさや健やかさへつなぐ一歩を笑顔で踏み出してみませんか？

参加費  
600円

**日程： 令和7年1月10日（金）**

**※1月10日はお試し無料開催**

**令和7年2月14日（金）**

**令和7年3月28日（金）**

2/11(火) 締切

2/12(水) 抽選

**時間：10：00～11：30**

運動しやすい服装、タオル、水筒をお持ちください。  
なお、レッスンは畳の上で、はだしで行います。

**定員**

20名(一般)

**会場**

枇杷島スポーツセンター  
第2競技場

お問い合わせ



名古屋市枇杷島スポーツセンター  
名古屋市西区枇杷島一丁目1番2号  
052-532-4121



枇杷島SC  
ホームページ

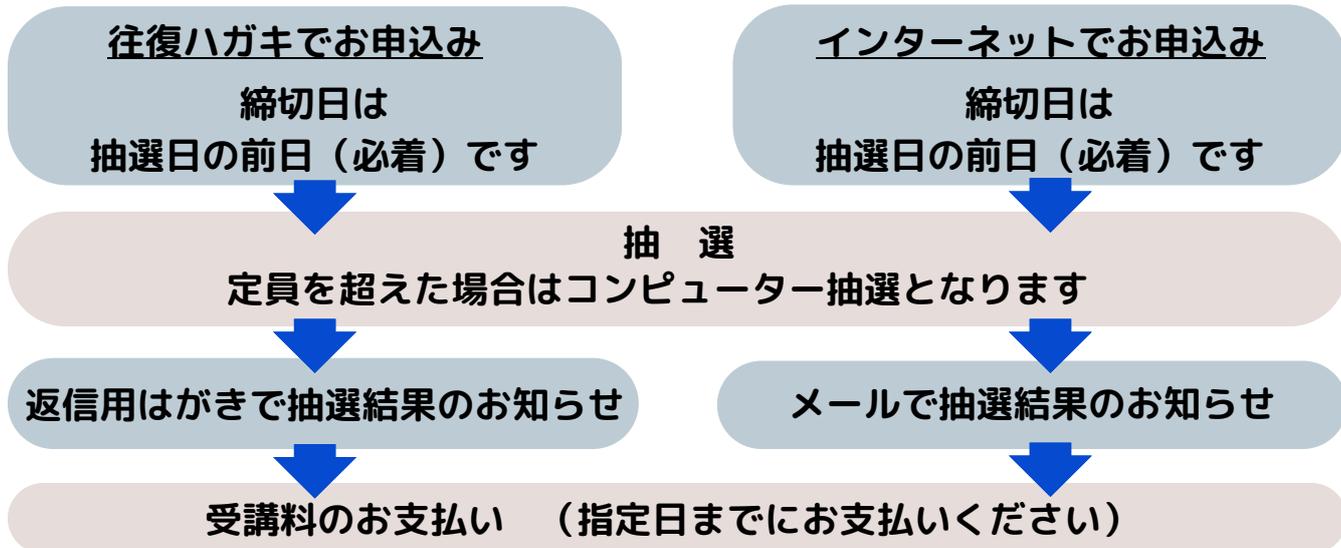


[https://www.nespa.or.jp/facility/biwajima\\_sc/](https://www.nespa.or.jp/facility/biwajima_sc/)



# 名古屋市枇杷島スポーツセンター

## スポーツ教室 お申込みの流れ



■インターネットによるお申込みは  
<https://ttzk.graffer.jp/city-nagoya>



枇杷島SCをクリック

■往復ハガキによるお申込みは

|        |        |              |
|--------|--------|--------------|
| 85     | □□□□□□ | ①枇杷島スポーツセンター |
| 返信     |        | ②○○○○教室      |
| 氏      | あ      | ③〒 住所        |
|        | な      | ふりがな         |
| 名      | た      | ④氏名          |
|        | の      | ⑤年齢・学年       |
|        | 住      | ⑥性別          |
|        | 所      | ⑦電話番号        |
|        |        | ⑧水泳教室は「泳力」   |
| □□□□□□ |        |              |

|        |      |       |  |
|--------|------|-------|--|
| 85     | 4511 | 01053 |  |
| 返信     | 枇    | 西     |  |
|        | 杷    | 区     |  |
|        | 島    | 枇     |  |
|        | ス    | 杷     |  |
|        | ポ    | 島     |  |
|        | ー    | 一     |  |
|        | ツ    | 丁     |  |
|        | セ    | 目     |  |
|        | ン    | 1     |  |
|        | タ    | 番     |  |
|        | ー    | 2     |  |
|        | 行    | 号     |  |
| □□□□□□ |      |       |  |

※ 何も記入しないでください

※本はがきに記載された個人情報は、当スポーツ教室の開催事務以外には使用いたしません。

### ■ご注意ください！

- ・はがき、インターネットで重複申込みはできません。
- ・定員を超えた場合は抽選となります。
- ・抽選は、はがき申込み分とインターネット申込み分を合わせて行います。

### 【会場案内】

- 名鉄/ 名古屋本線「東枇杷島駅」下車、徒歩5分  
「栄生駅」下車、徒歩10分
- 市バス/ 名駅11 系統 名古屋駅←→名古屋駅、  
名駅26 系統 名古屋駅→（押切）→平田住宅、  
名駅29 名古屋駅←→名古屋駅、  
栄27(西巡回) 栄←→栄  
いずれも「枇杷島スポーツセンター」下車、すぐ



### 名古屋市枇杷島スポーツセンター

〒451-0053 名古屋市西区枇杷島1丁目1番2号  
 TEL 052-532-4121 FAX 052-522-8520  
 指定管理者（公財）名古屋市教育スポーツ協会  
[https://www.nespa.or.jp/shisetsu/biwajima\\_sc/](https://www.nespa.or.jp/shisetsu/biwajima_sc/)



枇杷島SC HP