

家族介護者交流会のお知らせ

## ボッチャ ～フレイル予防と日々のリフレッシュ～

日時：2025年8月23日(土)

午前10:00～11:30 (受付午前9:30～)

場所：中込会館 大会議室

講師：佐～久るボッチャ 小林敏明氏

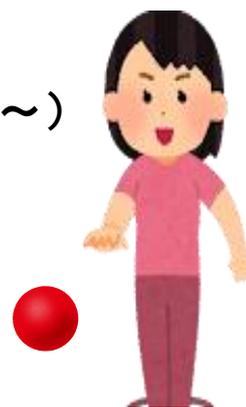
参加費：無料

定員：20名

その他：当日はマスク着用をお願いします。

発熱等体調が優れない場合は参加をご遠慮ください。

感染状況によって中止や延期となる場合があります。



ボッチャとは、年代や性別、身体的なハンディの制限なく

誰もが楽しめるスポーツです。パラリンピックでも人気となりました！

ジャックボールと呼ばれる白の的球に

自分のカラーボール(赤か青)を近づけて点を競い合う競技です。



【申し込み・お問い合わせ先】

中込地域包括支援センター ☎0267-64-1751

(平日 8:30～17:15)