

卓球を楽しむ会のご案内

梅雨が明けたら、本格的な夏がやってきますね！
皆さん、いかがお過ごしでしょうか？
今回、卓球を楽しむ会を開催することになりましたので、
卓球を経験している方も経験していない方も一緒に
チャレンジしてみませんか？



卓球を通して、皆さんとの楽しい語らいの場にしましょう！

日時： 2025年7月31日(木) 13時～16時

場所： 金沢市障害者高齢者体育館(駅西むつみ体育館)

金沢市駅西本町2丁目3-27 TEL(076-221-9065)

(裏面地図参照)

参加申し込み： 参加を希望する方は、申し込みが必要となります。

参加費： 無料

- * 体育館内であり、上靴が必要です。
- * ラケットを持っている方は、持参してください。ラケットを持っていない方は、無料で借りることが出来ます。
- * 13時前に来て、体育館ロビーで、持参した飲食物を食べることが出来ます。(体育館内での飲食は出来ません。)



参加申し込み・問い合わせ先： 大西正子 TEL(080-1952-3519)

※20時までにお願ひします。

同じ薬を使っている人も、運動をしている人のほうが、治療効果が出やすいことがわかっています。

薬でドパミンを補充しても筋肉や骨などがもろくなっていたら、からだは思うように動きません。パーキンソン病の人は、初期から積極的にからだを動かすことが大切です。

卓球は体力とともに素早い反応が必要です。来るボールに対して素早くラケットを出す、回転を見極めるなどの一瞬の判断力など、とても頭を使うスポーツとしても知られています。

2025/06/26 7:39

金沢駅からAIM 金沢市障害者・高齢者体育館の自動車ルート - Yahoo!マップ

YAHOO! マップ
JAPAN

jpd*****さん - ログアウト

 マイページ

[Yahoo! JAPAN - ヘルプ](#)



(C)Mapbox (C)OpenStreetMap (C)LY Corporation Yahoo!地図ガイドライン

https://map.yahoo.co.jp/route/car?from=金沢駅&to=A1M+金沢市障害者・高齢者体育館&toGid=g_6TKbc9VXs&toLat=36.58093&toLon=136.63691&sort=1&lat=36.57857&lon=136.64397&zoom=15&maptype=basic

1/1

2025/06/26 7:40

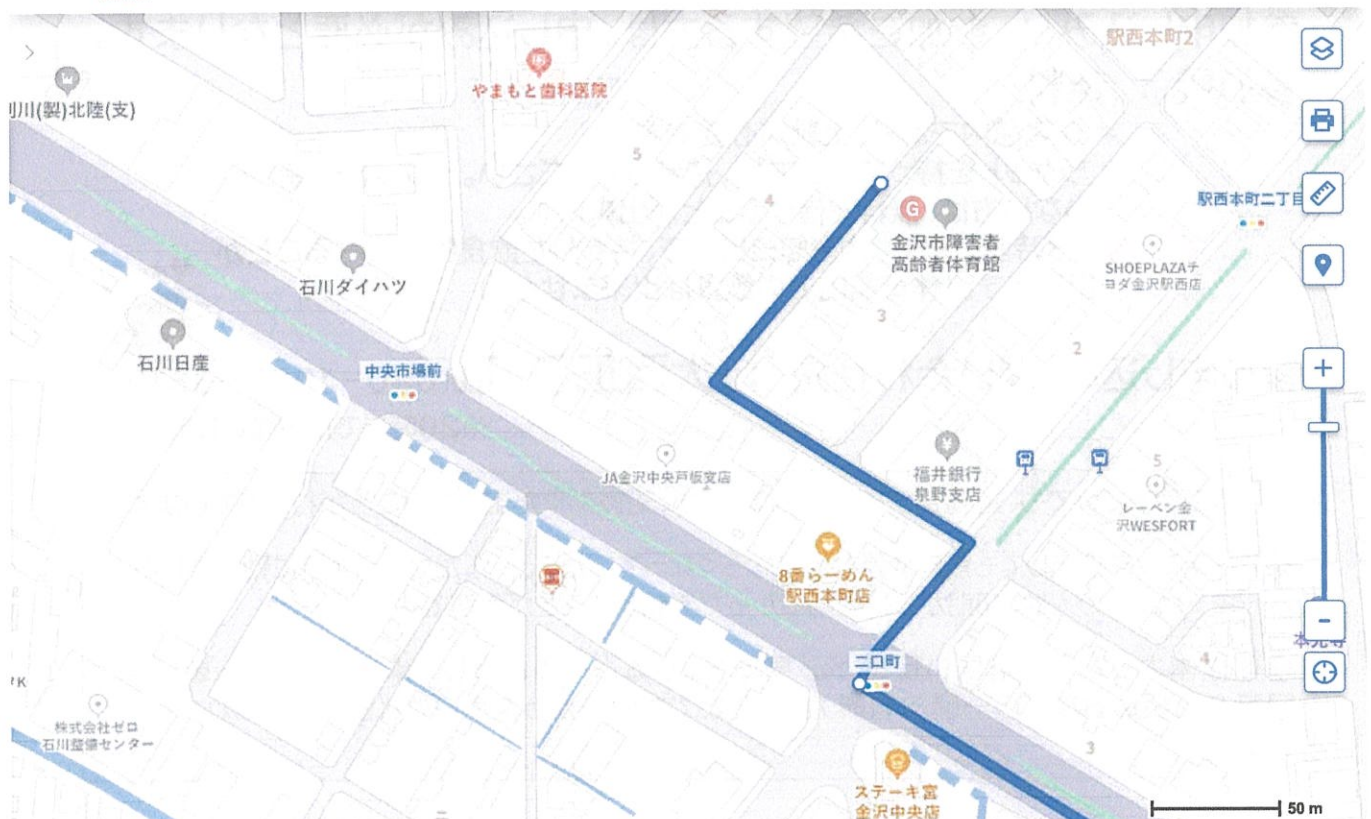
金沢駅からAIM 金沢市障害者・高齢者体育館の自動車ルート - Yahoo!マップ

YAHOO! マップ
JAPAN

jpd*****さん - ログアウト

 マイページ

[Yahoo! JAPAN - ヘルプ](#)



(C)Mapbox (C)OpenStreetMap (C)LY Corporation Yahoo!地図ガイドライン

https://map.yahoo.co.jp/route/car?from=金沢駅&to=AIM+金沢市障害者・高齢者体育館&toGId=g_6TKbc9VXs&toLat=36.58093&toLon=136.63691&sort=1&lat=36.58009&lon=136.63730&zoom=17&maptype=basic

1/1