

無料

令和 2 年度

わくわく♥健康教室 (3回シリーズ)

第 1 回 参加者募集!

『ニュースポーツ』を楽しもう!

第 1 回目は ボッチャとシャフルボード

日時・会場：令和 2 年 9 月 6 日(日) アスパルアリーナ  
午前 9 時～正午頃 (受付 午前 8 時 30 分～)  
(気象警報発令時等は中止)



対 象：小学生以上

内 容：アスパル体操で軽く体をほぐし、ボッチャとシャフルボードの簡単な講習・練習をしたあと、みんなで試合をして楽しむ。

申込み：下欄申込書に記入し、**8月28日(金)午後5時まで**に下記いずれかへ。(TEL・FAX 可)  
・生涯学習課(アスパル内)・加美プラザ・八千代プラザ ※いずれの施設も 8:30～22:00 まで開館

参加費：**無料** ※教室中の事故等は、町加入保険の範囲内での補償となります。(熱中症対象外)

持ち物：体育館シューズ、水分補給用飲み物、タオル、マスクなど。(運動のできる服装で)

その他：当教室は“多可町スポーツ DAY” 健幸ポイント対象事業です。(健幸ポイントが貯まります)  
(健幸ポイントを貯めるには「加西・多可健幸アプリ」をダウンロードしてください)

「多可町 運動施設の使用にかかる新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン」に基づき実施します。  
コロナの感染予防を各自していただき ご参加いただきますようお願いいたします。

(裏面もご覧ください)

【協力】

多可町体育協会

多可町婦人会

多可町スポーツクラブ 21 連絡協議会



【主催・問合せ先】多可町スポーツ推進委員会

事務局/〒679-1114 多可町中区岸上 281-51 生涯学習課(アスパル内)

TEL (0795) 3 2 - 5 1 2 2 FAX (0795) 3 2 - 1 9 3 7



『わくわく♥健康教室 第 1 回(ボッチャ・シャフルボード)』参加申込書 令和 2 年 月 日

お 名 前	性 別	年 齢	ご 住 所(番地まで)	連絡先電話番号
	男・女	才		
	男・女	才		
	男・女	才		

✓チェック 個人で参加 試合時このメンバーで希望 緊急時連絡先電話番号

※ご記入いただく個人情報は厳正に管理し、当事業関係以外には使用いたしません。

# ボッチャってどんなスポーツ？

ボッチャは、ヨーロッパで生まれたスポーツで、パラリンピックの正式種目です。

赤・青のボールをそれぞれ6球ずつを投げたり、転がしたり、当てたりして、いかにジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに近づけるかを競います。

場所を取らず、手軽に行うことができるゲームであるため、年齢・性別・体格に関わらず、どなたでも気軽に参加できるスポーツです。

ルールも参加者に合わせて、いくらでも工夫できます。

# シャフルボードってどんなスポーツ？

シャフルボードは、豪華客船のデッキで船旅の合間に楽しまれたゲームがルーツです。

コート反対側にある得点圏（ダイアグラム）に向かって、円盤（ディスク）をキューと呼ばれるスティックで押し進め、得点を競うゲームです。一種の陣取りゲームで、一度得点エリアにディスクが入っても、相手のディスクに押し出されると0点になってしまい、微妙な駆け引きや戦術も必要とされる知的ゲームです。

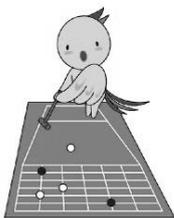
子どもから高齢者まで、誰にでも手軽に楽しめるスポーツです。

※詳しいルールは 当日に説明します。

## 予告

【第2回】囲碁ボール・  
スーパードライブ（ソフト卓球）体験  
10月4日(日)北アリーナ

【第3回】ファミリーバドミントン・  
スーパードライブ（ソフト卓球）体験  
11月8日(日)アスパルアリーナ



加西・多可健幸アプリ

