



みな しごと やす ひ なに す  
皆さん、仕事がお休みの日は何をして過ごしていますか？

うんどうぶそく なに うんどう いっしょ うんどう ひと  
運動不足だから、何か運動をしたいけど、一緒に運動してくれる人がいない…。

なに いちにち す なや かか  
何をしてよいかわからずに、一日ボーっと過ごしてしまった…。そんなお悩みを抱えて  
いらっしゃる方へ!!

たつきゅう かた いっしょ たつきゅう たの こじん  
『きままに卓球デイ』は、ボランティアの方と一緒に卓球を楽しんでいただく個人

かいほうび たつきゅうだい だいせっちほんかくてき きょうぎ すこ せま  
開放日です。卓球台は2台設置します。本格的な競技としては、少し狭いのですが…。

かた いっしょ たの じかん す  
ボランティアの方と一緒に楽しい時間を過ごしましょう♪

### 実施日

へいせい ねん がつ にち ど  
平成29年10月21日 (土) 10:00~12:00

がつ にち ど  
11月25日 (土) 10:00~12:00

がつ にち ど しゅくじつ  
12月23日 (土・祝日) 10:00~12:00

らいねん がついこう じっし たの  
来年の1月以降も実施しますよ~!! お楽しみに!!

ば しょ  
場所 けやき体育館 1階 機能訓練室 (各日、控室をご用意しています。)

たい しょう  
対象 市内在住・在勤・在学の障害のある18歳以上の方 (高校生不可)

も もの  
持ち物 室内履き (スリッパ不可)、飲み物、タオル、あれば卓球ラケット

じぜん もうしこ ふよう じっしびとうじつ ちやくせつ たいいくかんまどぐち こ  
※ 事前の申込みは不要です。実施日当日、直接けやき体育館窓口へお越しください。

こんざつじ ゆず あ  
混雑時は譲り合ってください、

みなさま たの す  
皆様が楽しんで過ごせるよう

きょうりよく ねが  
ご協力よろしくお願いします!!

### お問い合わせ

たいいくかん  
けやき体育館

さがみはらしちゅうおうくふ じみ  
相模原市中央区富士見6-6-23

でんわ  
電話 : 042-753-9030 FAX : 042-769-1200

