



シニアのためのけん玉

2026年11月22日(日)

時間：14:00～16:30 (13:30より受付)

場所：大田文化の森4F 第3, 4集会室

定員：30名



家の中でもどこでも手軽にできるけん玉で、楽しく遊びながら運動不足の解消や認知症の予防をしませんか？

けん玉指導員が丁寧にやり方を説明します。

当日は、動きやすい服装でご来場ください。

けん玉をお持ちの方はご持参ください。

お持ちでない方には無料で貸出いたします。

ご希望の方にはけん玉の販売もいたします。

〔1本 1,700円(税込)〕

〔対象〕	50歳以上
〔参加費〕	無料
〔持ち物〕	汗拭きタオル 飲み物





講師紹介

関 誠（せき まこと）

公益社団法人日本けん玉協会 けん玉道 参段
2級指導員、健康けん玉指導員



大田区内の地域包括支援センターと連携して高齢者を対象に健康けん玉教室を実施し、健康けん玉の指導を行っています。

イベントへの申し込み

こちらの企画は申し込み不要な企画になります。

当日直接会場へお越しください。

当日先着になりますので。定員を超えた場合ご参加できませんので、予めご了承ください。



アクセス情報



◎乗車バスの行先

JR大森駅〔西口〕

東急バス 上池上循環（外回り）
池上駅行き
蒲田駅行き
洗足池駅行き
荏原町駅入口行き

東急池上線池上駅

東急バス 上池上循環（内回り）
大井町駅行き
大森駅行き

JR蒲田駅〔西口〕

東急バス 大井町駅行き

どちらから来ても

「大田文化の森」下車徒歩1分

【お問合せ】 9：00～17：00

（土・日、祝日、大田文化の森休館日を除く）

大田文化の森運営協議会

Tel 03-3772-0770／Fax 03-3772-0704

<https://www.bunmori-unkyo.jp/>



※最少催行人数に満たないときは、企画の実施を中止する場合がありますのでご承知おきください。