

# 楽しくスポーツ体験！！ 多世代交流

募集期間

1/20（月）～ 2/27（木）必着

参加費 無料

スポーツ・レクリエーション教室 3月

# スポ・レク教室

「スポ・レク教室」では、年齢や性別・体力に関わらず誰でもすぐに楽しむことができ、親子間や他の参加者との交流を楽しみながら体を動かす爽快感や達成感が味わえる、スポーツ・レクリエーション種目を体験します。

3月は、チャレンジ・ザ・ゲーム

## ラダーゲッター！！

シニア世代も  
大歓迎！！

## 参加者募集

### 内容

ラダーゲッターは、ひもでつながっている2個のボールをラダー（はしご）に向かって投げ、ボールがラダーに引っかかると得点（3本のラダーにより特典が異なる）となる、日本生まれの新しいスポーツ・レクリエーション種目です。

### 日時

令和7年

3月20日（木）

午前 10時～11時

### 場所

竜泉福祉センター「いきいきてらす」  
6階 運動室

### 対象

台東区内在住・在勤・在学（小学生以上）の方  
※ 小学生は保護者同伴で、どちらかが区内在住、在勤、在学であること

### 持ち物

室内用運動靴（上履き） 水分補給用の飲みもの（1階3階に自動販売機あり）

### 定員

先着40名（定員に空きがある場合は当日まで受付）

### 申込方法

窓口・郵送・web

申し込み二次元コード→



### 講師

牧野 正雄（まきの まさお）氏

公益財団法人日本レクリエーション協会 チャレンジ・ザ・ゲーム普及審判員  
NPO法人 手のひら健康バレー協会（会長）



### 【お問い合わせ・お申し込み先】

台東区立 竜泉福祉センター「いきいきてらす」  
〒110-0012 台東区竜泉2-10-5 電話 03-6802-3011

ホームページ



# 台東区立 竜泉福祉センター「いきいきてらす」

## 交通案内

### 台東区循環バスめぐりん

- 北めぐりん(浅草回り)
  - 15 一葉記念館入口
- 北めぐりん(根岸回り)
  - 6 一葉記念館入口
  - 7 竜泉一丁目
- ぐるーりめぐりん
  - 5 一葉記念館



### 都バス

- 1 竜泉 草 43、草 63
- 2 下谷警察署前 都 08(T08)
- 3 竜泉 都 08(T08)
- 4 竜泉 草 43、草 63、都 08(T08)

### 最寄りの駅からのアクセス

**H20** 東京メトロ日比谷線 三ノ輪駅下車  
1b出口より徒歩10分

→ 歩道橋を登り三角地帯へ渡り 交番脇を降り直進  
ガソリンスタンドの左側へ直進

**H19** 東京メトロ日比谷線 入谷駅下車  
3番・4番出口より徒歩10分

→ 国道4号線を北上 下谷警察署右折

## 台東区立竜泉福祉センター「いきいきてらす」

住所 〒110-0012 東京都台東区竜泉 2-10-5

電話 03-6802-3011

FAX 03-6802-3013

ホームページ <https://taitoswc.com>

お問い合わせ 午前9時～午後7時(休館日を除く)

