

全国大会出場おめでとう!

第53回バトントワーリング全国大会



やまざき まほ はせがわ ひめか かわたけ かれん さとう りょう やまざき りの
 山崎 麻帆・長谷川 姫華・河竹 迦蓮・佐藤 莉羽・山崎 璃乃
 はっとり あんな さとう ゆづり きむら ふみか とまつ ちはる ほやし つげ いちの
 服部 杏南・佐藤 有莉・木村 文香・戸松 千遥・林 つむぎ・柘植 一乃
 (オサムバトンスタジオバンビーノ)

とびうお杯

第40回全国少年少女水泳競技大会



おがわ くるみ
 小川 来海
 (ルネサンス基日寺)

第3回IBKA ALL Japan CHALLENGE CUP
 決勝大会
 Adidas SEIDO KARATE GRAND PRIX2025



たかべ まなと たかべ さおり
 高部 愛叶・高部 沙織
 (インパクト空手道場)

文部科学大臣杯
 第19回JKJO全日本ジュニア
 空手道選手権大会



ただ たけだ らいく おおた ことね
 武田 羅生・太田 琴音
 (日本空手道学心会)

※敬称略、所属は表敬訪問時点

体力チェック&姿勢改善講座

～測って実感! 元気で若々しさアップ～

「最近つまずきやすい」「疲れやすい」そんな方におすすめです!

・転びにくい体づくり ・フレイル予防 ・姿勢改善で若々しく

体力測定で今の自分の状態を知り、姿勢を整えることで体の変化を体感できる講座です。
 専門講師が、無理なく続けられる方法をわかりやすくお伝えします。

体力測定

- ・握力
- ・Timed Up & Go
- ・5m 歩行

姿勢改善

- ・姿勢チェック
- ・やさしい体ほぐし
- ・正しい立ち方・歩き方



【講師】WomanUP美スクール
 代表 桐嶋 カオリ氏

- 【日 時】 8月7日(金) 午後1時30分～3時30分
 【場 所】 市役所2階D会議室
 【対 象】 市内在住 65歳以上の方
 【定 員】 先着 20人 【参加費】 無料
 【申込期間】 6月15日(月)～7月15日(水)
 【申込方法】 電話444・3159または、電子申請

電子申請



主催:あま市 高齢福祉課 協力:WomanUP 美スクール・あま市民病院