

令和 7 年 2 月 5 日

シニアスポーツ振興事業
「シニア講演会」実施要項

板橋区剣道連盟

主旨・目的	公益財団法人東京都スポーツ協会が東京都と締結した協定に基づき、東京都における高齢者のスポーツ実施率の向上を図り、もって、高齢者の健康の維持・増進に寄与することを目的とする。
主 催	東京都、(公財)東京都スポーツ協会、(公財)板橋区スポーツ協会
主 管	板橋区剣道連盟
日 時	令和 7 年 3 月 2 日 (日) 午後 2 時～3 時 30 分
会 場	グリーンカレッジホール 教室 1 板橋区志村 3-32-6 都営三田線志村三丁目駅徒歩 5 分
講演テーマ	「シニア剣士のトレーニング ver.3」
講 師	今 有礼 (こん みちひろ) 氏 東洋大学健康スポーツ科学部健康スポーツ科学科 教授 東洋大学健康スポーツ科学研究科健康スポーツ科学専攻 教授 東洋大学ライフイノベーション研究所 研究員 東洋大学ライフデザイン学研究所ヒューマンライフ学専攻 教授 剣道錬士七段 板橋区剣道連盟会員
対 象 者	60 歳以上の方優先 (60 歳以下の参加も可)
定 員	50 名
費 用	無料
申 込	別紙参加者名簿に記入の上、2 月 22 日 (土) までに事務局へメールまたは FAX でお申し込みください メール : jimukyoku@itabashi-kendo.org F A X : 0 5 0 - 3 7 3 7 - 3 6 6 6
そ の 他	有料駐車場は台数制限が有るため公共交通機関等をご利用ください