プロバスケットボールチーム
宇都宮ブレックス

令和8年度 宇都宮市介護予防事業
（宇都宮市高齢者等地域活動支援ポイント対象事業）

元気なうちから介護予防 いきいき健康！

バスケットボール教室

ブレックスの選手やチアリーダーと、ストレッチ運動やバスケ体験！

2026年11月25日(水)14:30～16:30

場　所	とちぎん・ブレックスアリーナ宇都宮 （宇都宮市元今泉5-6-18）
受付開始時間	14:00～
対象者	宇都宮市在住の65歳以上の方
内　容	①受付・血圧測定などの健康状態の確認 ②準備運動 ③チアリーダーと一緒に健康体操 ④選手と一緒にバスケットボールを使った運動 ※参加者の検温、消毒等の感染症対策を行った上で実施いたします。
定　員	30名（応募いただいた中から抽選とさせていただきます。）
費　用	無料（参加者は傷害保険に加入します）
持ち物	運動しやすい服装、室内靴、汗拭き用タオル、飲料水、当選通知書



応募方法

下記に必要事項を記入の上、
FAXでお申し込み。
FAX:028-612-6736

お電話にて直接お申し込み。
TEL:028-611-1512
（平日10:00～16:00）

QRコードより、
WEBにてお申し込み。

応募期間 11/4(水)10:00～11/5(木)16:00まで

当選された方のみ11/13(金)までに当選通知を送付いたします。
※最大2名様までの応募とさせていただきます。

ふりがな	
ご氏名	
ご住所	〒　　－
ご連絡先（電話番号）	
年齢	歳
参加回数	回目

ふりがな	
ご氏名	
ご住所	〒　　－
ご連絡先（電話番号）	
年齢	歳
参加回数	回目

宇都宮ブレックス運営会社 株式会社 栃木ブレックス 〒320-0066 栃木県宇都宮市駒生2-10-28 1階/Tel:028-612-6735
【問合せ先】宇都宮市 高齢福祉課 ☎ 028－632－2358