

自他共栄
他者と共に
栄えること

令和7年度
掛川市市民チャレンジ
公募事業

精カ善用
自身の能力を
最大限に活用すること



柔道を起点とした
インクルーシブな居場所づくり

先生のための ダイナミック ムーブメントトレーニング

子供から大人まで役立つトレーニング方法を学んで
脳と体をつなげる系練習をしよう！

2026.2.22(日) 10:00～11:30

どなたでも参加できます 参加費 おひとり 500円

場所：東遠カルチャーパーク 総合体育食官「さんりな」武道場

こども



楽しく本をうごかしたい!!
コーディネーション能力を高めて
(体の使い方) スポーツが
上手になりたい!!

こなた人は
いませんか?

おとな

最近 なにもない所で
つまずいてしまう...
豆夏では分かっているのに
思うように重かけない



◆ 講師紹介 ◆

IJF公認指導者 / 柔道6段
ジョン先生

John Thacker
teacher



静岡県立大看護部 孝女授
公認転倒外傷予防指導員

あさこ先生

Asako
teacher



主催 ◆ 掛川市柔道クラブ 12系吉食官

TEL 080-6599-4161 (ウチダ)
メール shinyukan.judo@gmail.com

申込 ◆ TEL または
メールから