

地域介護予防活動支援事業

# ボランティア研修会

参加費無料



写真提供「(一社)ミニらいとモルック®協会」



令和7年度

京都初!!

一緒に楽しみましょう!

# ミニらいとモルック®

ユニバーサルスポーツ

ミニらいとモルック®は、モルックの約5分の1のサイズで、ルールは同じ。  
ピンを倒して計算しながら50点ちょうどもめずすスポーツです!  
5分の1サイズだから、体力に不安のあるお年寄りから子どもまでどこでも楽しめます。  
体と頭を使うので、介護予防に効果があると言われています。  
このたび、京都初の研修を開催します。ぜひ、お越しください!!



## ■ 開催日時

令和7年 10月 31日 (金)

①午前枠：10時～12時

②午後枠：13時30分～15時30分

※当日は同じ内容で2回開催します。  
ご希望のいずれかの枠でお申込み  
ください

## ■ 会場

宇治市総合福祉会館

(宇治市宇治琵琶45)



地図で  
チェック!

## ■ お知らせ

※当日は動きやすい服装でお越しください。  
※気象の状況等により、急遽中止することが  
あります。

## ■ 講師

うたまる かずみ

歌丸 和見 氏

(一社)ミニらいとモルック®協会

## ■ 申込方法など

(対象) 宇治市民でボランティアに  
興味のある人

(定員) 各40名

(申込) 下記連絡先に

お電話ください(先着順)

(受付) 9月16日～10月7日

(土日祝のぞく)

9時～17時

