

第1回

まちづくりピンポン（喜多方）イベント要項

～だれでも楽しめる卓球で、まちとつながる～

🎯 **卓球初心者も大歓迎！地域交流と健康づくりをめざす、笑顔あふれるイベントです。**

「卓球ってむずかしそう？」そんな心配は無用！小さなお子さんからシニアの方、障害、疾患のある方も、だれでも参加 OK。体を動かしながら、まちの人たちと楽しくつながりませんか？

福島では初めてのイベントとなります。是非ご参加ください。

開催日時：令和7年10月25日（土）

：受付開始　：13時45分

：イベント開始：14時00分～16：00分

会　場：喜多方卓球ランド（福島県喜多方市字中町 2892）

<https://maps.app.goo.gl/KdPYnQQu6QH2Kwfy7>

主　催：NPO 法人 日本卓球療法協会

協　賛：卓トレ、(株)三英、日本卓球(株)、スーパースポーツゼビオ、日本生命保険

協　力：会津卓球協会、喜多方市卓球協会

💡 イベント内容

(1) 14:00～14:55

まちづくりレクタク普及員講習（定員 20 名）

卓球バレーや卓球ホッケーなど、だれでも楽しめるレクリエーション卓球を学ぶ講習会です。

初心者・子ども・シニア・障がいのある方まで、すべての人が卓球を楽しめるヒントが満載！介護予防や福祉にも応用できる内容です。

(2) 15:05～15:55

まちづくりピンポン交流会（定員 40 名）

講習を受けた方と一緒に、公開の卓球交流会を開催！気軽に打ち合っ、笑って、まちの人とふれあえる 1 時間です。

子どもから高齢の方まで、障がいや疾患のある方なども、ご家族連れでのご参加大歓迎！

参加費：無料！

申込方法：参加希望の方は、10月23日（木）までに以下のフォームからお申し込みください。

・2025年10月25日の喜多方のイベントをお選びください。

・ご質問内容欄に「①レクタク講習会＋交流会に参加、②交流会のみ参加」どちらかを記載願います。

<https://www.takkyu-ryoho.or.jp/contact/>

* 万が一申し込みが上手くいかない場合、文末記載の連絡先まで直接お申し込みください。

参加賞：あり（協賛各社からのグッズ等）

参加対象：①まちづくりレクタク普及員養成講習：

卓球バレーや卓球ホッケーなどレクタク（レクリエーション卓球）の普及に興味のある方、地域の交流を作りだしたい部落の役員等、介護や福祉の仕事の現場でレクタクを活用してみたい方。

②まちづくりピンポン交流会

レクタクに興味のある方ならどなたでも参加可。障がいや疾患のある方およびそのご家族、子供から高齢者の方まで、レクタクで交流の輪を広げたい方

連絡先/問い合わせ先：

卓トレ事務局（会津）

takutore2015@gmail.com

090-1923-4999

日本卓球療法協会

takkyu_ryoho@yahoo.co.jp

080-8748-4600

以 上

第1回 まちづくりピンポン(喜多方)

10月25日(土)

喜多方卓球ランド
福島県喜多方市字中町2892

健康づくり
世代交流に

卓球経験不要
どなたでもできます

おもに
座って転がす
卓球ホッケー
をします

ボランティア
養成

14:00-14:55

まちづくりレクタク普及員
養成講習 (無料。定員20名。対象；小学生以上)

申込はこちらQRコードから



【主催・申込】
NPO法人日本卓球療法協会
takkyu_ryoho@yahoo.co.jp
080-8748-4600

【協賛】
卓トレ、(株)三英、日本卓球(株)
(株)ゼビオ、日本生命保険
【協力】
会津卓球協会、喜多方市卓球協会

15:05-15:55

インクルーシブ
イベント

まちづくりピンポン交流会

(無料。定員40名。障害・疾患ある方やご家族連れ大歓迎！)

参加賞
あり

今回が初めての養成講習「まちづくりレクタク普及員」は、

座って転がす卓球バレーや卓球ホッケーを広めるボランティアです。

おおむね3歳から100歳超えでもできるスポーツレクにより、

障害・年齢を問わない交流により、世代交流や介護予防、療育を推進します。

※「レクタク台」は端が丸く、角張っていない安全な卓球台です。

↓ この講習で用具、ルール、設営、広め方について学ぶと…

用具がなくても
工夫できること
を学べる

参加者に応じて
ルールも考えら
れそう

あちこちで活用
でき、まちづく
りに適している

ケガやポジショ
ンなど、ポイン
トがわかる

参考；卓球バレー, 卓球ホッケー動画はこちら⇒⇒⇒



まちづくりレクタク普及員としての初めての活動は、

当日15:05からの**まちづくりピンポン交流会**です。

この交流会はどなたでも参加可能。障害・疾患ある方やご家族連れ歓迎です！

まちづくりレクタク普及員の協力のもと、主に卓球ホッケーを行います。

第1回 まちづくりピンポン(喜多方) 参加申込書

開催日時：令和7年10月25日（土）14時～16時（受付開始：13時45分）

開催場所：喜多方卓球ランド（喜多方市字中町2892）

申込日 年 月 日

フリガナ			
氏 名			
生 年 月 日	年 月 日（ 歳 ）	性 別	男 女
T E L		E メ ー ル （あれば）	
参 加 希 望 （*○をつけて ください）	① まちづくりレクタク普及員養成講座（14:00～14:55） ② まちづくりピンポン交流会（15:05～15:55） ③ 上記①②両方		

* 前半の養成講座終了後に認定証をお渡ししますので、お名前は間違いのないようにご記載ください。

FAXでの申し込みも可能です。

FAX番号：024-926-0235（卓トレ事務局）