

運動が苦手なひとでも大丈夫！

グランドゴルフ 始めてみませんか??

ゴルフ場までいなくても、近所の公園で行う事のできる「グランドゴルフ」日本で高齢者向けに考案されたスポーツの一種だそうです。町田市の南圏域でも盛んにおこなわれており、今回は2ヶ所で取材をさせていただきました。

ことぶき会・土筆会合同グランドゴルフ

この会では毎回 20~25 名ほどが、週 2 回練習に励んでいるとのこと。初心者~地区の個人部門で優勝された方まで様々で、中には 90 代の方も楽しんでプレーをされているそうです。男女ともに和気あいあいと楽しんでおられました。

- 【代表】 今澤様 042-796-1134
- 【要件】 老人会加入者のみ
- 【活動】 9:00-11:00 火曜 神閣寺公園
木曜 蜂谷戸公園

ホールインワンを
連発!!



原ふれあいクラブ ホールインボール



約 15 年続いているこのクラブ。なんと 40-50 名程の参加者がいるのだそうです。日曜も活動をしている為、現役でお仕事されている方も参加をされているのだとか。クラブの中で年 3 回大会も開催。見学だけでも大歓迎とのこと。

- 【代表】 古屋様 042-796-5510
- 【要件】 老人クラブ加入 未加入でも OK
- 【活動】 9:00-11:00
日曜・木曜 原クラブ広場



認知症サポーター養成講座 開催!

認知症サポーターとは、認知症についての正しい知識と理解を身に付けた人のことです。自分のできる範囲で、友人や家族に知識を伝える、認知症になった人や家族の気持ちを理解し、支えになるような手助けをすることが役割です。講座では、認知症の基礎知識や対応方法を学びます。今回は、小さなお子様連れでにぎやかになっても大丈夫! どなたでも気軽に参加できる講座を企画しています。ご予約お待ちしております。

- 【日時】 2019年1月21日(月) 10:00-11:30
- 【場所】 小川あんしん相談室(町田慶泉病院むかい)
- 【申し込み】 要予約(042-796-2789) 定員 20名

