

軽スポーツ大会の参加者を募集しています

町スポーツ推進委員連絡協議会では、軽スポーツ大会の参加者を募集しています。

どちらも、ルールは簡単、初心者でも楽しく気軽に参加できます。

カローリング

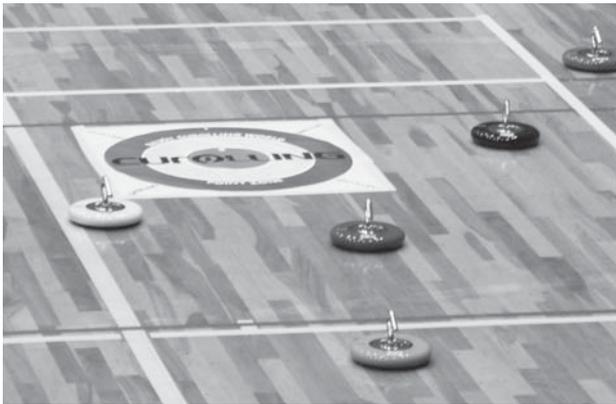
氷上で行うカーリングからヒントを得たスポーツです。

定員：12組

1チーム3人編成で男女の比は問いません。

①ファミリーの部(小学4年生以上の家族)

②一般の部(小学4年生以上の方)



ボッチャ

目標となる球へ近づくように投げていくパラリンピック種目です。

定員：12組

1チーム3人編成で男女の比は問いません。

①一般の部 ②シニアの部(全員60歳以上)

③フリーの部(年齢は問わない)



と き 7月17日(土) 午後1時から

ところ 町体育館

その他 各部門の上位チームには賞品を用意しています。

この大会の参加者を中心にスポ・レク山武2021の選手選考を行います。

☎社会文化課生涯学習班 ☎84-1358

健康ポイントを集めて 元気をGET！ 景品をGET！

みなさんが健やかで幸せな毎日を長く続けていけるよう健康づくりを応援する事業を実施します。

期間や詳細は、町ホームページとチラシ等でお知らせします。

対 象 町内在住で20歳以上(平成14年4月1日以前生まれ)の方

～元気GETまでの流れ～

- ①ポイントカードを受取る
- ②ポイントカードにスタンプを集める
- ③応募する
- ④抽選で景品が当たる

ポイント対象(例)

- ・住民健診の受診
- ・町健康づくり教室への参加
- ・自分で取り組む健康づくり

☎住民課国保年金班 ☎84-1214

筋力アップ体操で健康づくりに取り組みませんか 元気☆はつらつ運動教室

年間を通して気軽に参加できる運動教室です。

今年度は町民会館と、図書館の2会場で開催します。ご希望の会場のどちらかに登録してご参加ください。

- と き ①町民会館大ホール
原則毎月第1・3金曜日
午前10時～11時(受付：午前9時30分から)
- ②図書館ハイビジョンホール
原則毎月第2・4金曜日
午前10時～11時(受付：午前9時30分から)

対 象 ・町内在住の65歳以上の方で介助を必要としない方
・主治医に運動制限をされていない方

内 容 健康運動指導士の指導によるストレッチや筋力アップ体操等

持ち物 タオル・水・運動ができる服装、運動靴

参加費 無料

申 込 初めて参加する方は、開催時間・会場について福祉課介護班までお問い合わせください。

☎福祉課介護班 ☎84-1257