

健康・スポーツ部

部長 近藤利志夫(北部地区)

あけましておめでとうございます。皆さんお元気で新しい年をお迎えのことと思います。昨年は自然災害の大変な年でした。今なお復興に向け大変なご苦勞をされています。今年は昇竜のごとくいい方向に向かって昇っていきたく願っています。

さて、市老連健康スポーツ部では「運動による健康づくり」として、楽しんで出来るスポーツ「グランド・ゴルフや健康ウォーキング」そして自分の体力を知る「高齢者体力測定会」などを実施して好評を博しています。

特にグランド・ゴルフでは、竹島ベイパークオープン以来多くの人々が参加して楽しんで頂いています。

23年度の実施状況

| 日時 | 内容 |
|--------|-----------------------|
| 6月16日 | 第7回健康ウォーキング |
| 6月25日 | 第19回グランド・ゴルフ大会(ベイパーク) |
| 6月30日 | 春季高齢者体力測定 |
| 7月11日 | スイミング健康運動(ラグナシア) |
| 9月22日 | 第8回健康ウォーキング |
| 10月25日 | 第20回グランド・ゴルフ大会(ベイパーク) |
| 11月30日 | 秋季高齢者体力測定 |
| 12月15日 | 第9回健康ウォーキング |

蒲郡市老人クラブ連合会

参加者募集

健康ウォーキング 第10回 蒲郡コース

日時 平成24年3月15日(木)
 集合8時30分 出発9時00分
 ※午前8時の時点で雨の場合は中止とします。

集合場所 市民会館臨時駐車場
 (みらいあ東側・市民会館西信号角)

コース 塩津コース 全長7.5km
 2時間30分コース



健康ウォーキング

健康スポーツ部では、単に運動をしているだけではありません。運動をしながら人と人の繋がりを大切にして、友達の輪を広げています。そして、いつまでも健康で元気に自立して生活できることが最大の願いで活動しています。

まだ市老連に入会していない「あなた」是非入会して見てください。きっと「もっと早く入会すれば良かった」と思ってもらえることでしょう。



高齢者体力測定



スポーツ部員でグランドゴルフの組み合わせ会



第19回グランドゴルフ大会上位入賞者



第20回グランドゴルフ大会上位入賞者

24年度の予定

| | | |
|-------------------|------------------|------------------|
| 第21回 グラウンド・ゴルフ | 24年 5月29日(火) | 竹島ベイパーク |
| 第22回 グラウンド・ゴルフ | 24年 10月30日(火) | 竹島ベイパーク |
| 体力測定会 | 24年 6月28日(木) | 蒲郡市体育センター 競技場 |
| | 24年 11月29日(水) | 蒲郡市体育センター 競技場 |
| 健康ウォーキング | 24年6月 | コース未定 |
| | 24年9月 | コース未定 |
| | 23年12月 | コース未定 |