

# 生き活きだより

## 卓球バレー大会 開催のお知らせ

● 昨年も大好評だった卓球バレー大会を今年も開催します！  
椅子に座って卓球の球を転がすゲームで、年代を問わず楽しめます。  
是非お友達やご家族と一緒に奮ってご参加ください。

参加者  
募集！

日時

R8年 2月 28日 (土)  
受付 8:30~  
開会 9:00~ (12:00終了予定)

開催場所

豊岡地区公民館 2階ホール

参加者

南端・豊岡地区住民

参加無料

申込方法

下記のいずれかの方法でお申込みください

- ① 各区の健康づくり推進員に申込み
- ② 健康増進課 (0977-73-3130) へ申込み
- ③ こちらの二次元コードを読み取り申込み

申込み切：R8年2月24日 (火)

- 持ち物：室内用運動靴、タオル、飲み物等  
※動きやすい服装でお越しください。

〈主催〉南端・豊岡地区 健康づくり推進協議会  
〈共催〉日出町健康増進課 健康推進係 (Tel: 0977-73-3130)

簡単なゲームなので、  
初心者でもOK！  
成績ごとに嬉しい景品や、  
参加賞もご準備しています！



大分県公式健康アプリ  
「あるとつく-OITA-」の  
ポイントが貯まります！

### 健康づくり推進員の活動のご報告①

11月1日 (土) ~ 秋の城下海岸を眺めて歩く ~

「歩こう会」を開催しました！

(コース：シーガーデンひじ⇔城下公園 参加者数：72名)



● 今年は大変有意義な時間を皆さんと共有できました。

参加者の声  
(アンケートより)

・お天気がよくて海岸の景色が素晴らしかったです。いい汗をかきました。

・スタッフのみなさまご苦労様でした。とても楽しく歩きました。

・お天気に恵まれて、初めての参加楽しかったです。

歩こう会の様子(写真)は裏面へ⇒

# ●歩こう会の様子●

準備運動はしっかり



見事な景色を背にみんなで  
集合写真を撮りました！



景色を眺めながら  
自分のペースで



じゃんけんペタンコ



輪投げ



## 1 健康づくり推進員の活動のご報告②

12月13日(土)

『グラウンドゴルフ親睦会』を開催しました！

(場所：豊岡小学校グラウンド 参加者数：69名)



### 成績発表

① 優勝	Gチーム
② 準優勝	Cチーム
③ 3位	Aチーム
ブービー	Dチーム
ホールインワン賞	7名



コメントをいただきました  
ご参加された方より

・12月に入り、天気等心配でしたが、久しぶりのグラウンドゴルフ。他区の方々と楽しくプレイできました。機会があれば、また歩こう会と同様参加したいと思います。  
健康推進協議会の益々の発展をお祈りします。  
(西の三区 78歳)

・初めてのグラウンドゴルフでした。下手でしたが楽しめました。先輩方が打ち方のコツなど教えてもらって、少し上手になったかな？と思います。  
チームのみなさんと楽しくおしゃべりしました。  
(中の二区 72歳)

今日はあまり寒くもなく、楽しくプレイできました。チームは7名と多かったが、ゲームが進むにつれて会話はずみ良かったです。来年も出場したいです。  
(影の木区 70歳)

和気あいあい楽しいイベントですネ。ホールインワンじゃなく、2打・3打でワァと歓声！こうして外で皆さんと交流し、親睦を深め、健康増進に努め、楽しい時を過ごせました。推進員さんのご苦勞感謝します。今後とも継続よろしくお祈りします。  
(影の木区 70歳)