

地域の
とりくみ

軽スポーツで健康づくり!〔磯松町内会〕

11月21日、磯松町内会（松橋守会長）は磯松コミュニティセンターで軽スポーツを取り入れた健康講座を開催しました。

講座は、五所川原市社会福祉協議会の「ふれあいほっとサロン事業」を活用し、地区の老人クラブと共に高齢者の閉じこもり防止や健康づくり・仲間づくりのため、市スポーツ推進委員を講師に招いて、約20名の住民が室内で手軽にできるニチレクボールを体験しました。



ニチレクボールを楽しむ参加者

ニチレクボールは、ペタンクの室内版で、サークルの中に立って黄色の標的球に向かい、2チームがそれぞれ赤と青の球を投げ合って、より近づけることによって得点を競うゲームです。

松橋会長は「80歳近い方も参加し、楽しんでいました。寒い時期でも室内でできるので、町内の集まりがあればやっていきたい。ルールが分かる人を増やして、いずれは地区で大会ができれば」と笑顔で話しました。



磯松町内会の皆さん

寒さを吹き飛ばす熱戦!! フットサル大会

12月4日、第3回市浦B&G海洋センターU-12フットサル大会が同センター体育館で行われました。今年度も多くの選手が試合に出場できるよう、前後半ではなく3ピリオド制で試合が行われました。

子どもたちは日頃の練習の成果を発揮し、素早いパス回しで得点するチャンスを作り、思いっきりシュートを放っていました。

優勝したFCトゥッリオ二の佐々木心雲キャプテン（中央小6年）は「途中、負けそうになった場面もあったけど、優勝できてとても嬉しいです」と笑顔で話しました。



白熱したプレーをする選手達

五所川原市を応援します!!

現地確認 見積り無料 屋根・外壁の塗り替え

全面改装リフォーム
中古住宅改装
減築、増築

一般建設業 青森県知事許可(般-29)第400424号

- ・リフォームローン固定2.95%回信付き15年まで可
- ・昭和58年度五所川原工業高校卒 前田昭仁(写真中央)

◆ホームページは◆
Google

屋根・外壁リフォーム専門店
アートリフォーム(株) 0173-33-4713
五所川原市セツ館虫流51-29 お電話は担当 前田まで『増改築相談員のいるお店』

健康相談のくすり屋 **元気に100歳!**

いわや薬品 新町本店
五所川原市新町74 TEL 0173-34-3939

内蔵元気 血液元気 免疫元気

駅前薬局いわや
JR五所川原駅前通り
TEL 34-5088

美容相談
Be Peacemas 108
ELM 1階
TEL 33-6742

保険調剤

◎広報有料広告