

熊西まちづくり協議会：・健康づくり部会主催・第5回目健康づくり講座

「三世代交流グランドゴルフ大会」を楽しもう！

- ＜日時＞ 2024年11月16日(土) 10:00～11:30
＜場所＞ 熊西市民センター横 (たらばる公園)
＜参加者＞ 校区の皆様(子ども 2名含む) 約27名
健康づくり部会員 8名 (総勢 約35名)



開会式



8チームに分かれて、2ゲームを楽しむ！



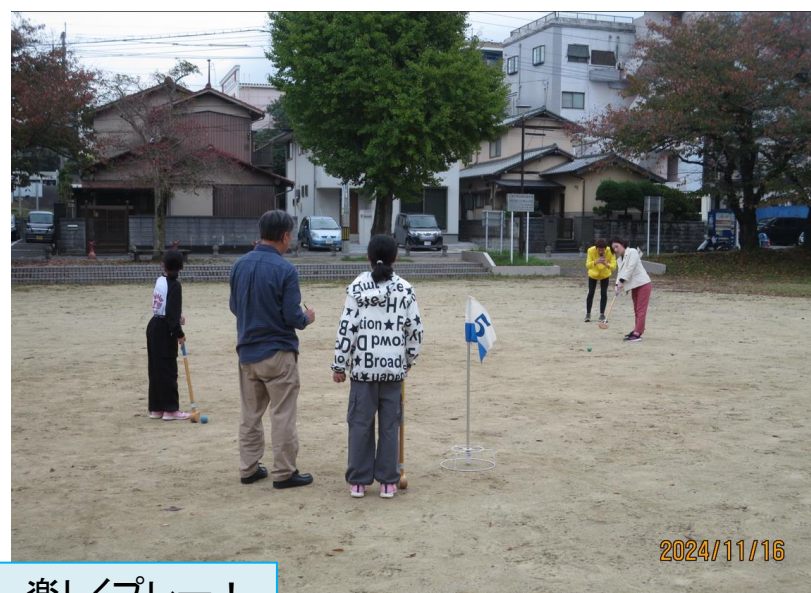
チーム分け & ルール説明



準備運動を入念に！



三世代が交流しながら、楽しくプレー！

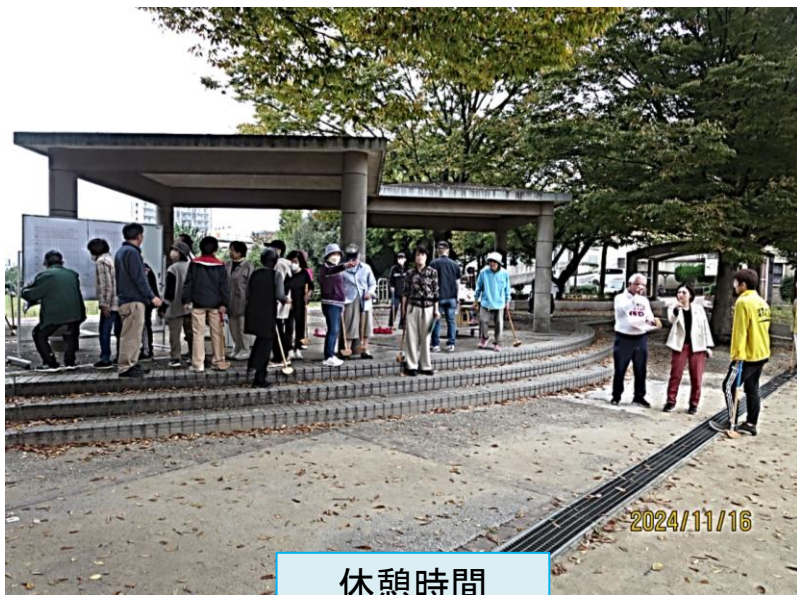




ゲームに没頭する皆様



こんな光景も見かけました！



休憩時間



全員でホールインワンに挑戦



成績発表



賞品授与

2024年度・熊西まちづくり協議会 健康づくり部会主催 「健康づくり講座」実績及び計画一覧表

	月 日	講師 & 演題	参加者
1	5/29(水) (13:00～15:00)	講師:白井俊光 氏 (九州医療スポーツ専門学校) 「背骨コンディショニングで健康になろう」	約30名
2	6/15(土) (10:00～11:30)	講師: 宇野里加 氏 北九州市認知症支援・介護予防センター 健康運動指導士 宇野里加 「正しいラジオ体操の講習会」	約30名
3	9/26(木) (10:00～12:00)	講師:黒田さとみ保健師 (八幡西区役所 保健福祉課) 「コツコツ骨活！コツコツ貯筋！ 自分の身体は大丈夫？骨と筋肉を味方につけよう！」	約35名
4	10/6(日) (10:00～12:00)	ニュースポーツ体験 ～シャフルボード～ (熊子連との共催)	約40名
5	11/16(土) (10:00～12:00)	家族対抗グランドゴルフ大会 (熊小グランドの借用を検討する)	約35名
6	1/11(土) AM	新春三社詣り (幸神神社～岡田宮～一宮神社)	次回予定
7	2/5(水) 13:00～14:30	産業医科大学 認知症センター部長 池ノ内敦子 様	