

いっしょに楽しみませんか  
**グラウンド  
ゴルフ**

**部員募集**



みなさん、運動はされていますか？

丈夫な足腰を保ち、いつまでも元気で自立した日常生活を送るためには、筋肉の維持が大切です

「ゆっくり老化」には、軽い運動と会話や笑いが良薬です

子供から大人まで誰でも楽しめるグラウンドゴルフは、いま全国で大ブームです。中国新聞ジョイスポ欄では多くのグループが生涯スポーツとして楽しんでいることがわかります

**仲間がひろがる 笑顔もひろがる**

いつもテレビと会話しているあなた、軽い運動しながら仲間と会話しながらゆっくり過ごしませんか



近くのかた 誰でも参加大歓迎です  
用具は用意してあります

ゴルフのようにボールをクラブで打ち、ホールポストにホールインするまでの打数を数えるゲームです。ルールも簡単、だれでも手軽に楽しむことができます。



気軽に見に来てください

練習日は、

月・木 9:00～高須台中央公園

土・日 17:00～高須小学校グラウンド  
(1時間半程度)

高須学区体協グラウンドゴルフ部

連絡先 部長 平田富子