

みんなでスポーツ

スポーツに関することなら体育指導委員に

親子で楽しむ スナッグゴルフ



皆さんス
ナッグゴル
フってご存じ
ですか？

スナッグと
は「くっつく」という意味があり、ポ
ールのやピンの根元にマシクテー
プによってくっつくようになっていま
す。

スナッグゴルフの最大の特徴は、ゴ
ルフをやったことのない初心者や子
もさんでも最初からボールを打つこ
とができ、ゴルフと同じようにコース
プレイができることです。また、狭い場所
でも的当てゲームなど豊富な楽しみ方
があり、小さな子どもさんでも簡単
に楽しむことができます。

クラブはゴルフクラブのアイアンに
相当するランチャーとパターに相当
するローラーの2種類しかありませ
ん。まず、テニスボールより少し小さ
なボールをマットの上に乗せランチャー
で打ちます。グラウンドなどに円を描

いてグリーンとし、その中にボールが
止まるまでランチャーで繰り返し打
ち、円内に止まればローラーでパター
の様に転がしてピンにボールをくっつ
けます。少しの練習で即ゲームができ
ますので、その日のうちに親子スナ
ッグゴルフ大会ができます。皆さんも子
どもさんと一緒にプレイしてみませ
んか？

関心のある方は、土山総合型スポ
ーツクラブC i a o (☎ 6 6 2 5 3 3)
までお問い合わせください。



▲子どもにも簡単にできるスナッグゴルフ

問い合わせ
生涯スポーツ課
☎ 86-80023
FAX 86-83880

地域医療だより

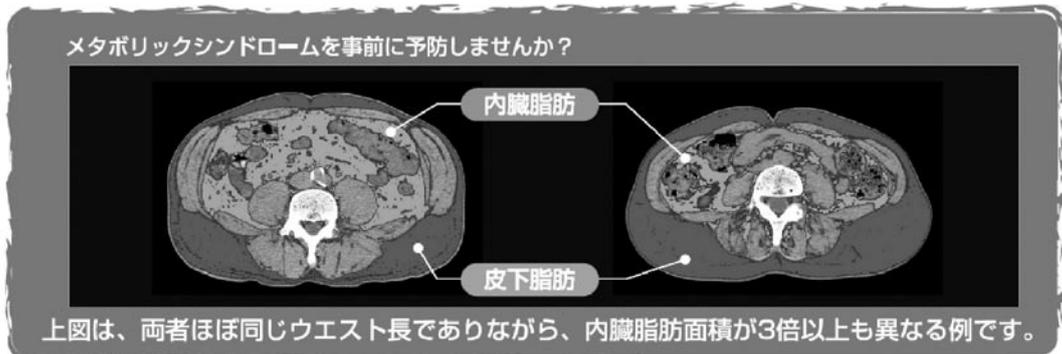
おなかの脂肪が気になりませんか？～内臓脂肪測定CT検査を始めました～

信楽中央病院では、このほど内臓脂肪測定CT検査を始めました。

この検査は、最近注目のメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に対応した新しい検査で、腹囲だけでは分からない内臓脂肪面積を瞬時に測ることができます。特別な準備は不要で、服を着たまま、手をあげて寝ているだけで検査が行えます。検査は5分程度で終了し、CT画像を専用ソフトウェアにより解析して腹囲・内臓脂肪量・皮下脂肪量などの測定値をプリントしてお渡しします。

お腹周りが最近気になる方、運動療法や食事療法の効果を見てみたい方におすすめします。詳しくは担当医師にお尋ねください。

※検査費用（保険適用外）は2,500円（税込）です。



問い合わせ 信楽中央病院 ☎82-0249 FAX82-3060