

体育指導委員のコーナー

# みんなですポーツ

スポーツに関することなら体育指導委員に

みんなで創る総合型地域スポーツクラブ  
前月号に続き地域で活動されているクラブをご紹介します。

## 綾野ゆうゆうクラブ

平成18年2月に設立。会員数は現在260名で、13の定期活動と4つのカルチャー教室を実施しています。多くの活動メニューに、学区外からも50名ほどが入会され、どのメニューでも年齢差を超え、和気あいあいに歓声が響き、心地よい汗を流しています。

参加者には、励みとなるように出席表を持ち、目標として、「週1回以上の運動」実践を呼び

かけています。昨年に続き、1年間で100回参加達成者4名、200回参加1名と、複数のメニューに参加する人が増えてきています。

会員同士またスタッフとの「手から手へ、顔が見える活動」をモットーに、みんなが楽しみながら、徐々に輪を広げていけたら最高です。

連絡先・事務局 ☎62-5554



## 伴谷BANBANクラブ

「バンバン集まって！バンバン楽しむ！みんなのクラブ」が私たちの合言葉です。

ママさんサッカーを始めとして14種類のスポーツをジュニアからシニアまで幅広い層の方が会員で頑張っています。グラウンドゴルフのお年寄りが孫のような子ども達にゲームを指導したり、クラブを通じた世代間の交流が大変盛んです。核家族化した新興団地の子ども達を育てていく上で、クラブの存在は

家庭と地域の繋ぎの役割を果たせる重要な基点となっていると思います。

BANBAN農園では、地域の休耕田をお借りしてできた作物を使って、体験合宿の食事や、収穫祭のお楽しみ会の材料に使っています。他にも文化(編み物、料理、ケーキ作り)活動もしています。

設立：平成15年11月30日

会員数：308名

連絡先・事務局 ☎62-5379



### ◎興味のあそび方

一度、遊びに来いっただけ。

### 問い合わせ

生涯スポーツ課 スポーツ振興係  
☎86-8023 FAX86-8380

# 介護予防をはじめましょう!

## ◎「ステップアップ教室」の紹介

介護予防健診で、「生活機能の低下有り」と判定された方は「運動器の機能向上のプログラム」「口腔機能向上プログラム」「栄養改善のプログラム」「軽度認知症支援プログラム」の介護予防事業を受けることが出来ます。甲賀市では運動器の機能低下がある方を対象に、「ステップアップ教室」を実施しています。

イスに座り、棒を持ちながら体をひねる体操をしています



平成20年4月から「介護予防健診」は「生活機能評価」と名称が変わります。



介護予防事業や生活機能評価についてご不明な点は介護福祉課までご連絡ください。

### 問い合わせ

介護福祉課 介護予防認定係

☎65-0697・0699 FAX63-4085