



# スリーハート レポート



生活支援コーディネーターが  
本宮の を紹介します！



老人クラブ連合会の活動目的は『高齢期を楽しく生きがいをもって安心して暮らしていくためには、健康で自立し身近な仲間と支え合える住みよい地域づくりを進めて行くことが必要である』とされています。

今回は、高齢者の健康づくりと介護予防の観点から、積極的にニュースポーツに取り組んでいる白沢の新生会2地区の元気なみなさんの様子を紹介します。



## 稲沢新生会

会長 渡辺 久伸さん  
活動日 毎週火曜日 9:00~12:00



## 長屋新生会

会長 橋本 徳治さん  
活動日 毎週金曜日 14:00~16:00

「ポッチャの県北大会  
今年こそ優勝するぞ！」



「大会でいい成績を残せるようにみんなで練習しています」



ポッチャは  
作戦とチーム  
ワーク！



「斜めに揃えて並べるのは難しい！」



スカットボールは、まっすぐ狙って慎重に…



投球フォームもバッチリ！



目標は「健康長寿！」。どちらの新生会の皆さんも、身体を動かし頭を使うゲームをして、世間話をするのが一番楽しいそうです。

定期的集まることで、万が一の時にも頼ることができる仲間になるんだと、うなづき合いながら話していた姿が印象的でした。



寒い時期は室内でできるニュースポーツ。  
春からは野外でグランドゴルフを楽しみます。