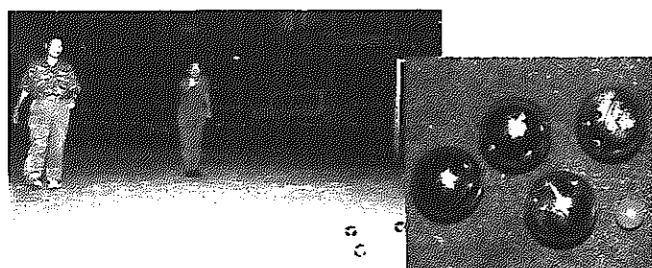




羽根の付いたボールをゴルフクラブで打って打数を競う。ホールは傘状ネット。ルールはゴルフに準じ分かれやすく、飛距離も程度で思いきり打てる。起伏を利用してコースを造れるのも楽しい。市内でも中高年を中心に愛好者が急増中とか。「ゴルフの練習」という人も。オススメです。

**バードゲット  
ゴルフ**



フランス生まれの手軽なスポーツ。公園や広場ですぐにできる。七百グラムの金属製のボールを標的に向かって投げるというもので、ルールは昔のビー玉に近い。簡単そうだが對抗戦などをやるとなかなか奥深い。子供でもできるので、ぜひ家族で楽しんでみては。

**ペタンク**



ボールなどの器具を使って簡単にできるのが3B体操。「マイペースでできるのが魅力」だそうです。そのほかにも「肩こりがなくなった」、「ウエストが細くなった」、「3キロやせた」と女性らしい声もたくさん。毎週木曜日に集まる皆さん、笑顔と健康満点のメンバーです。

**3B体操サークル**



初級テニス教室を機に結成されたさくらクラブの皆さん。毎週1回、総合公園でナイターテニスを楽しんでいます。「練習日が待ち遠しい」とある女性。はつらつギャルズと優しいおじさんたちという変わった顔ぶれは「飲み会も一生懸命」だとか。なんともは楽しそうです。

**さくらクラブ(テニス)**

汗  
快  
して  
ます

カルチャーセンター主催のスポーツ教室をきっかけに発足したサークルを紹介。皆さん、楽しそう。仲間っていいね。

10月10日は

スポーツ  
ふれあいデー

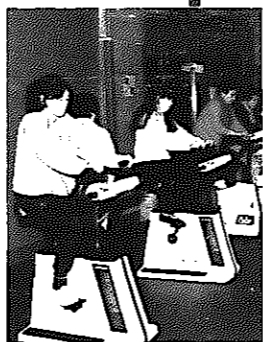
ニュースポーツを  
覚えよう!

10月10日の体育の日はカルチャーセンターを無料開放。ニュースポーツ講習会のほか、さまざまなスポーツが楽しめます。ぜひお出掛けください。

[10月10日・スポーツふれあいデー]

▶催し物広場・グラウンド ターゲットバードゴルフ、グラウンドゴルフ、ペタンクが楽しめます。体育指導委員も優しく指導。10時～15時  
▶メイン・サブアリーナ スリーオンスリー、

ソフトバレー、インディアカ、バウンドテニス 13時～21時30分 ▶トレーニングルーム無料で利用できます。小学生不可。中学生は要指導者。9時～22時 ▶ミーティングルーム 健康づくりやシェイプアップのためのスポーツ相談を開催します。13時～15時  
■問い合わせ カルチャーセンター ☎373・6311



東		寿		西	
阿部三代治	99 横垣	横綱	石田マキ	99 万年	
加茂テン	98 桜町2	大関	藤原フキ	98 西新巻2	
笠原サキ	97 諏訪木4	関脇	牧野ハツ	96 高井興野	
佐藤レン	96 魚町4	小结	板谷ミヤ	95 小坂	
児玉タカ	95 魚町6	前頭一	小野タキ	95 庄瀬4	
渡辺たけ	95 中巻ノ木	〃二	若林ミヨ	95 戸頭	
杉沢ミワ	94 魚町1	〃三	竹山アキ	94 新村	
滝沢常吉	94 朝捲	〃四	村木甚一郎	94 下大郷2	
山田ツタ	94 清水	〃五	山崎イチ	94 西新巻2	
高井ミヤ	94 庄瀬2	〃六	田村トリ	94 七軒町	
大野政次郎	94 下大郷2	〃七	丸山スエ	94 横町甲	
中野カウ	94 白井	〃八	塚田平治	94 桜町3	
高橋まつの	94 皐月町	〃九	石田ハル	93 上塩俵	
薄田生次	93 能登6	〃十	松原シヅ	93 七軒	
水野マツ	93 三の町	〃十一	品田タキ	93 下巻ノ木	
池田信治	93 親和町	〃十二	藤田ミセ	93 戸頭	
児玉博雄	93 鍋湯	〃十三	田巻和吉	93 上浦	

8月1日現在  
明治35年2月27日  
生まれまで掲載  
生年月日順

九月十五日は敬老の日でした。八月一日現在の市内最高齢は阿部三代治さん(九十九歳・横垣)、石田マキさん(九十九歳・万年)。お二人が横綱の座に着きました。阿部さんは今年十一月に、石田さんは来年四月に百回目の誕生日を迎えます。百歳ともなれば成人式を五回迎えたのと同じこと。激動の時代を生き抜いてきたお二人に、そして家族の方々に心から祝福の言葉を贈りたいと思います。おめでとございませう。

一度きりの人生です。私たちが健康な心と体で、たくさんの友達と、楽しんで生きていきたいものです。

平成7年白根市長寿番付  
市内最高齢は  
阿部三代治さん(99歳)

**高齢者交通安全教室**

事故は人ごとではありません  
ありません

八月二十三日、青年教育センターで高齢者を対象とした交通安全教室が、市交通対策協議会主催で開催されました。折しも数日前、大郷地区で三人の死亡者を出す交通事故があり、あいさつにたったた川老人クラブ連合会会長は「ここには出席するはずだった二人が今日はいません。交通事故は人ごとではないことを肝に銘じてほしい」と呼び掛けました。講話の後、参加者が自前の自転車、バイクに乗って市役所近辺を一回り。懸命に指導を受けていました。