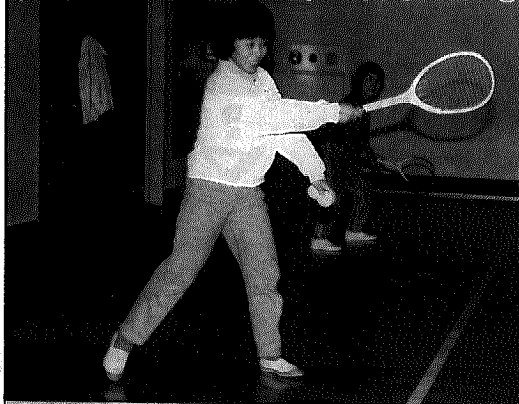


「バウンドテニスでいい汗を流しませんか」



と水曜バウンド・テニスの皆さん

「去年の4月から始めたのですが、わたしみたいにテニスのテの字も知らなくても、楽しめます。黒崎方式で、他のところでは通用しないのですが、体を動かす分にはいいですよ」と笹川悦子さん(立仏・40歳写真手前)。「バウンド・テニスを始めて10年近くになります。いい汗を流そうということで、ゲームを競うのではなくボールをラリーすることを楽しんでいます。休憩の時のおしゃべりもまた楽しいのです」と清水シズさん(立仏・58歳)(13ページに紹介記事があります)

# 冬を元気に過ごす

「せっかくあるトレーニングマシン、ぜひ利用を」と町体育指導員の種村博さん(板井)

「体育館のトレーニング・マシンをたまに使います。めったにない最新式の器具で、体育館のトレーニング室に入って、ちょうど1年目くらいですか。体育館が開いている時はいつでも使えるわけですから、もっとみんなに利用してもらいたいですね。特に冬場のトレーニングにはうってつけです。2月5日から15日まで体育館が、屋根の修理のため使えないようですが、そんな時こそ利用してみてもはどうでしょう? 今まであまり宣伝されていないようですが、この機会にぜひどうぞ」



あなたと  
町をつなぐ

広報

# くらさき

1990

2

No.317

2月25日のソフトバレーボール大会に向け張り切っている寺地地区チームの皆さん



「寺地地区の仲間で作っているチームです。昨年の夏の講習会を受けて始めました。月2回、立仏小学校の体育館で練習しています。メンバーは9人。チーム名ですか? 2月25日に大会があるので、それに優勝したらちゃんと決めて練習ももっと厳しく……ボールが軟らかいのでつき指しないし、バレーボールをやったことのない人でも楽しめます。スポーツはなんでもそうでしょうが、やったあとの気分が最高」と代表の中沢章子さん(寺地本村・39歳)。(大会の案内が15ページに)

田崎孝子さん(鳥原大明・37歳)は、親子のつどいで子供たちといい汗を流しました。

「親子のつどい」には初めて参加しました。子供たちに映画を見せたいと思って連れてきたんです。後半のレクリエーションは、上の子(弥生ちゃん・小3)は楽しんでたみたいだけど、下の子(健一くん・5歳)は慣れないみたいで……私も子供たちといっしょに体を動かしてみました、やっぱりいいですね。別に冬だからということだけでなく、私はうちで内職してるもので、なかなか体を動かすひまがないですよ。こういう体を動かす機会がもっとほしいものです」



運動ノススメ