

第7回 久間地区体育大会 久間東部ブロック 深紅の優勝旗 総合優勝!



優勝旗を囲み氣勢を上げる久間東部ブロックの皆さん

心配された天気でしたが、十月六日は快晴、予定通り久間地区体育大会が、最高の参加者を得て開催されました。平野重徳名誉市民より贈られた深紅の優勝旗を手にするのは、下久間ブロックの高井仁司選手の選手宣誓で幕を開け、大きな応援と歓声の中、老若男女選手のみなさんは様々な種目に挑戦しました。笑いを誘う競技には応援も大変盛り上がっていました。最後は総合的に勝った久間東部の優勝で幕を閉じました。暑い中に皆さんお疲れさまでした。

体育大会の発展を願い
優勝旗贈呈

嬉野名誉市民

平野重徳 氏

「まだ続くつかいかい」の一
言の会話から、深紅の優勝
旗が贈呈されました。大会
のシンボルとして、今後盛
上げて行こうと誓われて
いました。



総合順位
優勝
2位
3位
4位
5位

久間東部
田間
久間
久間
久間北部



子供達の玉入



愛情發揮！ハートでドッキング



気持ちが一緒！百足競走

11月17日(日) 第4回 三世代交流グランドゴルフ大会開催

健康福祉部会

9月は北志田区で健康(3B)体操実施！！

9月13日(金)は北志田公民館にお邪魔しました。杉光先生の指導のもと、音楽に合わせて楽しく体を動かしておられました。どこでも聞く“痛さ～”とか“とどかんバイ”“曲がらんバイ”などなど会話も弾み楽しく運動が出来ました。どなたも日頃の運動不足を痛感しておられました。毎日少しでも体を動かす事が大切です。健康で頑張りましょう～。11月は北下久間区にお邪魔します。皆さんの参加をお待ちしています。



明るく元気に、笑顔ありで楽しく運動をしておられる、北志田区の皆さん！！

※講師は(公社)日本3B体操協会の杉光成子先生。

健康3B体操 10月25日(金)夜8時～ 久間研修センター

「笑って元気にいきいきと」心のストレス解消法 講演会盛大に実施される！！

9月14日(土)に久間研修センターにおいて、森 恵美氏を講師に招き、多くの方々の参加を得ました。始めから笑いに包まれ皆さんも、腹の底から笑っておられました。「笑い」は健康の源です。「副作用」も全く有りません。大きな声をだして笑いましょう。



講師 森 恵美氏

認知症は、4人に1人とされており

運動不足が60%だそうです。後天的な糖尿病は3才から発症との

ことです。心と身体の開放に適するものとして、深呼吸・腹式呼吸・

ストレッチ・グーパー・指折り体操・後だしじゃんけん等々有るそうですので

意識を持って挑戦してみてください。来たときよりも明るく笑顔で元気に帰宅され印象的でした。



青色防犯パトロール活動担当地区のお知らせ

午後3時15分～4時15分まで

10月 牛坂・牛間田
11月 光武

よろしく
お願いします。

