



NO.151 2026.10.3
発行 事務局

2026～2027シーズン

を楽しもう！

1. ゴルフ例会をやりました（9月29日）



9月29日（火曜日）の2時から、峰山町の峰山GCにおいてゴルフ例会（打ちっ放し）を行いました。参加者は、8名（年金者組合の方1名含む）でした。

中村さんの指導で、ゴルフの運動に応じた体操から始まりました。ここですでに、自分の身体が鈍っている事を自覚された方も多かった様です。

次は、クラブの持ち方、両足の立ち位置、





がんばってまあ〜す

腰の動かし方や腕の使い方etc、丁寧に教えてもらった後、思い思いにボールを打ち始めました。

初めは、ボールに上手く当たるように強く打たずに、ボールから目を離されないようにと、アドバイスを戴きながら、皆さん頑張って振っていました。

お互いに、良い感じで打てた時には「すごい」等の声かけもあって、和気藹々と、しっかり身体を動かして楽しい時間を持つことができました。またやりましょう。

感想から

本当に久しぶりに体動かししました。見事な空振りと当たっても飛ばず。でも楽しいひと時でした。中村さん、ありがとうございました。

Hさん

ゴルフは難しいと実感しました。中村さん、ご指導ありがとうございました。やはり練習の回数が大事ですね。僕は時々、まぐれで当たりました。

Oさん

久しぶりに大きく身体を動かしての運動で、いかに身体が鈍っているかを思い知らされました。なかなかボールにピシッと当たらず手こずりました。中村さん、コーチをありがとうございました。いい汗をかきました。

Hさん

皆さん、回数のわりには、いい当たりでしたね。たまには、趣向を変えた運動もあり、かもね。いろいろ楽しみましょう。

Nさん

2. 今後の予定

- ・ 10月 7日(水) テニス例会(峰山運動公園の予定) 9時30分～
雨天: バドミントン 五箇小 //
- ・ 10月16日(金) 陶芸体験例会②: 色つけ 9:30～ 井上工房
集合: シーサイドパーク 9時
- ・ 10月18日(日) 日置: オリーブ摘み体験会(瀬戸さんたちの取り組み)
- ・ 10月24日(土) 黒豆ぼり&テニス例会 要項は後日
午前 山添さん農場 昼食(持参) 午後 テニス 大宮
雨天 卓球例会 峰山プラザアピア 10時～
- ・ 10月30日(金) 有志企画 船釣り体験会(瀬戸さんの漁船) 詳しくは後日