



グラウンドゴルフは
楽しいスポーツ

グラウンドゴルフは高度な技術を必要とせず、ルールも簡単です。何といっても、プレー中に全員が明るい笑顔と、歓声に包まれて楽しむことが出来るスポーツが「グラウンドゴルフ」です。

1ゲームは、15m×2、+20m×2、+30m×2、+50m×2、+230m 通常、2〜4ゲームのプレーで、最短全ホールをホールインワンですと、460〜920mの歩行になります。実際に歩く距離は700〜1400m以上になります。

1ゲームにホールインワンを3個すると、ダイヤモンド賞になります。その他のいろいろな賞もあり、高齢者にとって健康づくりと共に認知症予防にもなる一石二鳥のスポーツです。

行事と会議の日程 (2024年)

<10月>

- 9日(水) 運動教室
無料法律相談
何でも相談会
- 12日(土) にじの家サロン子ども食堂
- 15日(火) コープ草津健康チェック
- 19日(土) かさひがっこ子ども食堂
- 23日(水) 運動教室

<11月>

- 1日(金) オレンジ会
- 2日(土) かさひがっこ子ども食堂
- 9日(土) にじの家サロン子ども食堂
- 11日(月) マックスバリュ健康チェック
- 12日(火) ほほえみ作業
- 13日(水) 運動教室
無料法律相談
何でも相談会(要確認)
- 15日(金) コープもりやま健康チェック
にじの家サロン(毎週木曜)

※ 無料法律相談の会場は、
こびらい診療所の2階です。

にじの家サロンは(毎週木曜日)

診療所・事業所の電話案内

- こびらい生協診療所 ☎077-553-9696
- こびらい居宅介護支援事業所 ☎077-551-6162
- 通所リハビリテーション ひまわり ☎077-551-6115
- 訪問看護ステーション なないろ ☎077-554-2390
- ヘルパーステーション なないろ ☎077-554-2841
- デイサービスステーション にじの家くさつ ☎077-514-7010
- しが健康医療生協 事務局 ☎077-574-8522

ポーツです。

(草津北支部 野添正一)



毎週月曜 13時~16時・土曜9時~12時、場所は草津総合グラウンドの弾正公園で開催しています。

ほほえみ句壇

帆船の臨時入港うるこ雲
席ひとつ空けてください鯛雲
敷居上守宮わが物顔に坐す
穏やかや浮輪たわむる宮ヶ浜
庭の隅長く伸びたり萩の花

稲森 善稔

三 醒
向 季
淑 子
稔