

～これからの笑顔で楽しく生きるために～

11期 アクティブシニアをめざす

日時：2023年6月8日

場所：豊中市地域共生センター

学習テーマ：午前/パラリンピックで注目のニュースポーツ
午後/班活動

雨予想のため、豊中の歴史散歩を6/22に延期し、
6/22に予定していた班活動を行いました。

2班：伊藤 修

【ニュースポーツ】

ニュースポーツは老若男女、誰もが気軽に出来ます。今回はペタンク、囲碁ボール、輪投げの競技を行いました。

最初に、豊中市スポーツ推進委員協議会の2名の方にルールを説明していただき、準備運動をした後に始めました。

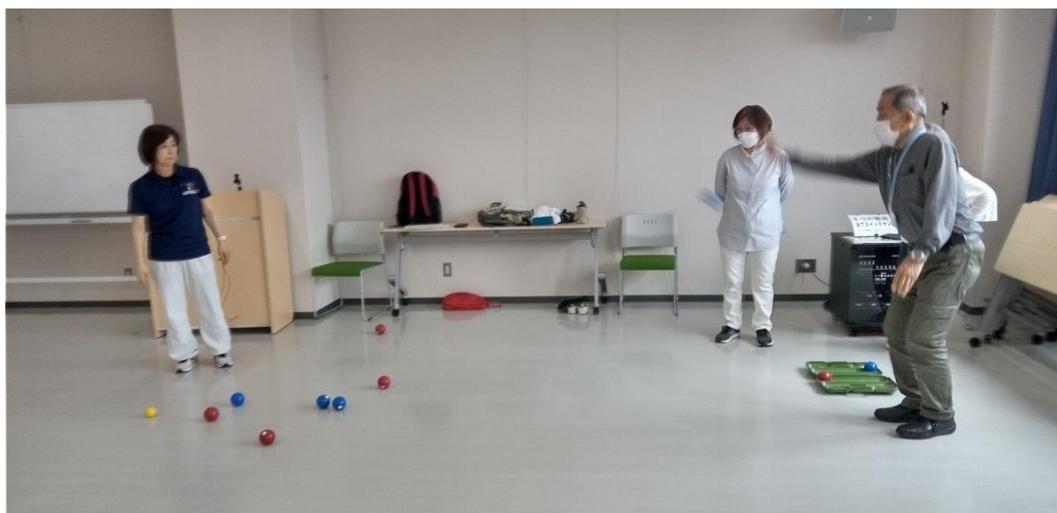
競技はチームに別れて行い、勝敗を決めるので、知らず知らずのうちに体力と知力を使い、童心に帰って夢中になりました。

初めてでも、球を投げる、打つだけなので、どこかで出来る機会があれば、やってみたいです

【班活動】

11月20日に開催されるふれあい交流会への準備を話し合いました。

～ペタンク～



～囲碁ボール～



～輪投げ～

