

事業名	相武台ゆとり学級 第3回「楽しいスポーツ体験」	
開催日	令和6年10月4日(金曜日)	
場所	そあら体育館	
対象	公民館区内在住 60才以上	
参加者	31名(欠席2名)	
講師	相武台公民館 体育部	
主管	相武台ゆとり学級運営委員会	
報告	毎年好評の楽しいスポーツ体験！班以外の人たちとも交流できるよう、くじ引きでA～Dグループをつくり、今回は「ボッチャ」と「健康吹き矢」を体育部のみなさんにご指導いただきました。 蒸し暑い日でしたが、無理なく楽しく♪「心地よいスポーツで身体が軽くなった」「はじめての参加、楽しかった！」等、体育館に楽しい声が響き渡っていました。	



受付担当:2班のみなさん



講師:体育部のみなさん



まずは準備体操。ラジオ体操関西弁バージョンで



ボッチャで仲間づくり♪
みんなで応援！がんばれ～！



健康吹き矢は、健康づくりに効果大！と
大人気でした。