

## 双葉会より和泉南町内会会員の皆様へ

御存知でしたか？私達双葉会は和泉南町内会の事業の一環として主に公民館、時には運動公園等を利用して頭の体操（脳トレ）や身体の体操（競技）等に常に活動している高齢クラブ和泉南双葉会です。

和泉南町内会会員で、65歳以上の方でしたら男女問わずどなたでもご入会頂けます。

年会費	1,200円
服装	自由

いつでもお気軽にいらっしやってくださいませ。

お待ちしております。

お問い合わせは双葉会会長 **阪本欣也迄**  
090-1172-5566

### 【現在行なっている活動】

脳トレ／輪投げ／ペタンク  
ディスコン／カラオケ／日  
本舞踊／将棋／日帰り研修  
バスツアー／教育研修後忘  
年会等。



### 【今後計画中の活動】

卓球／カラオケ大会等。  
希望者が多ければ実現可？

活動風景①脳トレ＝頭の体操（和泉南公民館）



活動風景②日帰り研修バスツアー（風の博物館 歌麿館）

### 活動①脳トレ

↑

会員の企画担当者が脳トレの資料を考案して毎月25日に皆で勉強します。数字漢字の問題に頭脳全開！

### 活動②研修ツアー

←

年に一度、近辺の観光名所や企業に訪れて研修バスツアーを計画しています。研修後は慰労会を兼ねて美味しい食事、カラオケ、ビンゴゲーム等をして楽しく和気藹々で大好評！

活動風景③競技—ペタンク

投げた金属製のボールがポイントに何玉近くに残るかを競う競技です。この試合は勝てたと思っていたら相手の最後の1投で大逆転されるケースも有り！技術70%、時の運30%でしょうか？



2024/06/25



2024/06/14

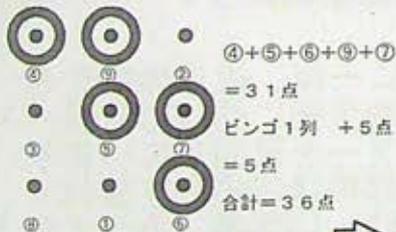
活動風景④競技—ペタンク  
(練習)

大会が近づくと、和泉南公園において猛練習をしますが、この大会は初夏に催されるので暑さ対策が必須なので、普段から体力をつけておく必要があります。その点を回避すれば大変楽しい競技だと思いますので、皆様と一緒に如何でしょうか？



活動風景⑤競技—輪投げ

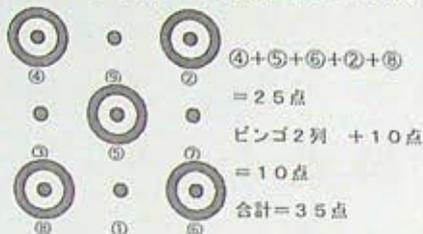
持ち輪は9つでプレートのピンを狙って投ずる。その日によって好調と不調が左右される。ビンゴの列に輪が入ると特点が加算される。



2024/07/31

活動風景⑥競技一輪投げ  
(練習)

持ち輪は9つでプレートのピンを狙って投ずる。その日によって好調と不調が左右される。ビンゴの列に輪が入ると特別の得点が加算される。



2024/07/26



活動風景⑦競技一ディスク

この競技もペタンクと似た内容ですが、ペタンクは屋外、ディスクは屋内の競技です。どちらもカーリングに共通する部分があるようです。老若男女問わず競技が可能です。



活動風景⑧競技一ディスク  
(練習)

平たい円盤状の硬質樹脂製のプレートを投じて室内の床を滑らせ、目的のピンに一番近いチームがそのラウンドは勝ちとなります。これも老若男女問わず競技が可能です。

