

スポーツウエルネス吹矢体験講習会

第1弾！国見町
で開催します！！

吹矢体験会と親善交流会

参加
無料

スポーツウエルネス吹矢は**健康**を目的としたスポーツです。

【開催日】2025年**10月9日(木)**

「スポーツウエルネス吹矢」は、5～10m離れた円形の的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。性別年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。

社会参加のきっかけづくりとして、ぜひご参加ください。

健康効果の秘訣は、腹式呼吸をベースにしたスポーツウエルネス吹矢式呼吸法です。

精神集中や血行促進、細胞の活性化に役立ち、内臓の諸器官にも良い影響を与えます。

また、精神力・集中力が身につくといわれ注目されています。

【時間】**午後1時30分～3時30分**

【会場】**国見農村環境改善センター**（雲仙市国見町土黒甲1079）

【講師】長崎県スポーツウエルネス吹矢協会 会長 **緒方 政利 氏**

【対象】年齢制限なし（車椅子の方も可能）

【定員】**20名**（事前申込が必要です）

【申込方法】うら面の申込書に、必要事項を記入の上、
電話、FAX、雲仙市社会福祉協議会本部・各支所へのご持参にて、お申込みください。

【申込締切】10月3日(金)まで ※定員になり次第、締め切ります。
※ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

◆申込・問合せ先 **雲仙市社会福祉協議会**（雲仙市千々石町戊762）



0957-37-2855

【主催】社会福祉法人 雲仙市社会福祉協議会

【共催】長崎県長寿社会課

申込書

社会福祉法人

雲仙市社会福祉協議会 本部

FAX : 0957-37-2564

開催日	2025年10月9日(木曜日)13時30分~15時30分 スポーツウエルネス吹矢体験講習会と親善交流会 国見農村環境改善センター 大集会室	
ふりがな		年齢
お名前		歳
ご住所	〒 -	
電話番号	- -	

※ 申込書にご記入いただいた個人情報は、この「吹矢体験講習会」に関する事のみを使用します。

★予告★ シニアいきいきカレッジ 《7回・8回のご案内》

開催回数・期日	時間	内容・会場
7回目 10月17日(金)	10:00~11:30	介護予防の福祉レクリエーション &ラダーゲッター体験 国見農村環境改善センター大集会室
8回目 11月20日(木)	10:00~12:00	地産地消 いのち野菜スープ教室 瑞穂町公民館 調理室・和室

当日に、体調のすぐれない方は参加をご遠慮ください。