



## ポッチャ教室



2023年2月18.25日(土)



瑞穂町高齢者福祉センター寿楽（じゅらく）へ初めての試みで出張訪問をし、2週に分けて（18日練習&体験、25日試合形式）実施しました。両日とも皆さんポッチャを楽しそうにやっていて「またやりたい」という声がたくさん聞かれました。皆さんのところにも、「来てほしい」というご要望があれば出張訪問しますので、気軽に声をかけてください。

## 残堀川ふれあいウォーキング



2023年5月21日(土)



当日は、ウォーキングに相応しい天候で、81名の参加者が集まりました。残堀川の河川には無数の鯉のぼりが泳いでおり、参加者を楽しませてくれました。鯉のぼりに瑞穂町の子どもたちへの健やかな成長と出世を願いつつ、楽しい行事になりました。

## ヘルスウォーキング



2023年2月26日(日)



「スポーツ推進委員協議会」と「健康づくり推進委員会」の共催で初めて実施しました。みずほエコパークをスタート、松原中央公園に立ち寄って健康運動指導士による健康運動器具の紹介や理学療法士によるウォーキングフォーム講座を体験してから、みずほエコパークをゴールとして約4.1kmのウォーキングをしました。参加された皆さんは楽しそうに体験されていました。

## ふれあい運動会



2023年6月18日(土)



第43回瑞穂町ふれあい運動会が長岡コミュニティセンター・福祉センターあゆみ・瑞学園の3ヶ所を中継でつなぎ、午前と午後の2部制で行われました。私たちスポーツ推進委員も競技進行担当として参加させて頂きました。「エイ、エイ、オー」の掛け声で競技がスタートし、みずほまるの応援もある中、協力しながら楽しんでいました。

