

# 富浦協働つうしん



令和3年10月28日

発行：富浦地域づくり協議会「さざなみ」

Tel 0470-33-3412 Fax 0470-33-4788

第129号

〒299-2403 南房総市富浦町原岡88番地2(とみうら元気倶楽部内)



<https://www.facebook.com/TOMIURA.SAZANAMI/>  
mail : tomiura.sazanami@gmail.com



## ロコモ体操教室



ストレッチ

10月13日(水)に再開しました。皆さん待ちかねていたようで、15名の方が参加しました。ストレッチで体をほぐした後、タオル体操、新聞紙体操、踏み台昇降運動などを行いました。和気あいあいと楽しく運動することができました。



タオル体操



新聞紙体操

11月は10日(水)と24日(水)午後1時30分からです。



踏み台昇降運動

## さざなみウォーク

10月18日(月)に「南無谷海岸コース」を開催しました。18名が参加しました。衣洗いの井戸から妙福寺祖師堂で御召替を見学、その後南無谷海岸、袈裟掛松の碑、豊岡海岸、原岡海岸などを巡りました。

「初めてのコースで、天気がよく海が見られてよかった。」等の感想が聞け、参加者同士の会話も弾み楽しいウォーキングになりました。



## グラウンドゴルフ「さざなみ大会」

グラウンドゴルフ「さざなみ大会」を開催します。  
どなたでも簡単にプレーを楽しめますので、皆さんの参加をお待ちしています。

日 時：11月17日（水） 12時30分現地集合 13時00分開始

場 所：多田良磯の脇広場

問合先：富浦親和会会長 中林彰さん 090-9671-0459

※ 参加費無料、申込不要 道具は用意してあります。

### おはなし会

日 時：11月14日（日） 午前11時～

場 所：とみうら元気倶楽部 多目的室

※新型コロナ感染状況により中止になる場合があります。

絵本の読み聞かせをします。五味太郎「フジラだ！」ほかです。お楽しみに！



## びわっこガーデン再開のお知らせ

11月からびわっこガーデンを再開します。新型コロナウイルス感染対策をしっかりと行って、皆様の来場をお待ちしています。

自動車、自転車、ボール蹴り、シャボン玉などで楽しく遊びましょう。

### さざなみウォーク

○11月24日（水）

『深名・福澤コース～明眼地蔵と縁日～』

○12月18日（土）

『那古寺と縁日』

集合場所・時間：とみうら元気倶楽部 午前8時50分

定 員：15名（事前申し込み制）

申込み：Tel 33-3412

※マスクを持参の上ご参加ください。

集合時に検温、手指の消毒を行います。

