



発行：富浦地域づくり協議会「さざなみ」

令和6年4月11日発行

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

〒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)

Instagram @sazanami882tomiura

https://www.facebook.com/TOMIURA.SAZANAMI/

mail : tomiura.sazanami@gmail.com

参加者募集！

令和6年度第1回

グラウンドゴルフ「さざなみ大会」を開催します！

日時：5月11日(土) ※雨天中止

：12:30受付 13:00開催

場所：磯の脇広場

(多田良 おさかな倶楽部そば)

参加費：無料 ※参加賞あり

申し込みは不要です！

ご連絡・お問合せ

宮本 33-3254

中林 090-9671-0459



道具は用意してあります！

簡単なスポーツです！

どなたでも参加者できます！

みなさんのご参加お待ちしております！

ロコモ体操教室 令和6年度の運動目標！

今年度は転倒防止運動で、
転んで寝たきりにならない強い体を目指します！



ロコモ？

立ったり歩いたりするための身体能力（移動機能）が低下した状態をロコモティブシンドローム（ロコモ）といいます。

日常生活に支障はないと思ってもロコモになっていたり

すでに進行している場合があります！

いつまでも歩き続けるためにロコモの予防や進行を抑えて健康寿命をのばしましょう！



開催予定日

4月24日(水) 5月8日(水) 5月22日(水) 6月12日(水)

時間：13:30～

場所：とみうら元気倶楽部 さざなみホール



※申込不要です。運動ができる服装で、お気軽にご参加ください。タオル持参（体操で使用）見学だけでも大歓迎です！

【あつまれ！はたらくくるま！】シリーズ
(クロネコヤマト編) を開催しました！

第2弾

昨年8月に開催した「あつまれ！はたらくくるま！」シリーズ(消防車編)に続く第2弾！
3月17日(日)クロネコヤマトの宅急便でお馴染みの
ヤマト運輸さんがやってきました！

ドライバーさんによる横断歩道の渡り方、車両の死角体験、
交通安全クイズなどの交通安全教室が行われました。
また3台のトラックの乗車体験、制服写真撮影、お父さんや
お母さんたちに荷物を配達したりと楽しい企画満載で子ども
たちは貴重な体験ができました！

イベントの最後にクロネコヤマトのキャラクター
「クロネコ・シロネコ」のぬいぐるみと鉛筆のプレゼントが
あり子どもたちは最高の笑顔を見せてくれました♪
子どもたちには正しい交通ルールを守り楽しい新学期を
迎えて欲しいです！

「あつまれ！はたらくくるま！」シリーズは今後も開催予定です！
内容はお楽しみに～♪



「♪ちいさな人形劇in富浦♪」大盛況でした！

3月24日(日)「心も体もすこやかに」という願いをもって約40年活動されてる
東京の「人形劇場花かご」さんを迎え人形劇を鑑賞しました！

「くまさん、くまさん」「アイアイ」「誕生日のおくりもの」「大きなぼうし」
「おさるのもんじろう」「こうしとおおかみ」など、子どもから大人まで
楽しめる演目で、会場のとみうら元気倶楽部さざなみホールは心温まる楽しい
空間となりました！

上演最後には、かわいい「くまさん」が来場者のお見送りをして
くれました♪年齢を問わずみなさんと交流できる素敵な時間でした！

