

仁保だより

令和7年10月15日号

発行：仁保地域交流センター（083-929-0105）

HP：<http://www.nihoweb.com>



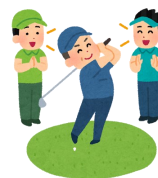
第15回

「仁保 ン オープン」

～ゴルフで仁保の絆を深めよう～

仁保在住、または仁保の会社・企業に勤務するゴルフ愛好者が一同に会し、ゴルフを通じて健康増進と体力づくりを図るとともに、参加者相互の交流を深め、地域づくりを推進していくことを目的とした大会です。

今回で15回目を数え、毎回たくさんの方にご参加いただいております。今まで参加したことがないという人も健康づくりやお友達づくりを兼ねて参加してみませんか？



開催日	令和7年11月16日（日） ※雨天決行
時間	第1組：8時21分スタート予定 ※スタート時間の30分前集合をお願いします。 ※各組のスタート時間につきましては、組合せ決定後に送付します。
場所	山口レインボーヒルズ「泉水原ゴルフクラブ」
対象	仁保在住・在勤のゴルフ愛好者およびその関係者
定員	80名（先着順）
プレー代	メンバー：9,100円（税込） ビジター：13,700円（税込） ※参加費、食事代、賞品代込
競技方法	ダブルペリア方式
申込み	仁保地域交流センター（TEL：929-0105 FAX：929-0125） または土地改良区（TEL：929-0271）に来所または電話で申込み ※氏名・生年月日・住所をお伝えください（2回目以降の参加は氏名のみ）。
締切り	令和7年11月5日（水）
その他	これまでどおり表彰式は行いません。 賞品については、主催者及びゴルフ場よりお届けします。
主催	仁保ンオープン実行委員会
共催	泉水原ゴルフクラブ、仁保地域交流センター



交通安全功労者等表彰 栗林 美千子 様（丸山）



9月22日（月）に令和7年度交通安全功労者等表彰式が行われ、山口県表彰の優良運転者として栗林美千子さんが表彰されました。おめでとうございます。

長年交通法規を守り安全運転に心がけ、交通安全活動を積極的に推進したことが讃えられました。

福祉だより

ほのぼの通信 No. 31

仁保地区福祉推進会議



百歳体操を広めたい

フレイルとは「加齢により心身が老い衰えた状態」で「健康」と「要介護」の中間の状態です。この時期に生活を立て直す事が元気に生活していく上で大変重要となります。フレイル予防に大切なのは「運動」「栄養」「社会参加」がバランス良く行えている事です。百歳体操は筋力維持のための「運動」と参加者間の交流による「社会参加」が出来る、フレイル予防にぴったりの活動です。仁保地域では11カ所で定期的に行われています。

仁保地域福祉推進会議では、去年からフレイル予防について話し合いを続けています。参加者より百歳体操をフレイル予防として広めたいという声があり、山口市北東第2地域包括支援センターと仁保地区福祉員協議会の藤井会長が開催の無い集落に出向き、体験会を実施するなど普及啓発に取り組んでいます。

10月30日には「仁保地区いきいき百歳体操を考える会」を開催いたします。「地区で新たに百歳体操をはじめたい」「他のグループはどんな活動をしているのだろう」など、百歳体操にご興味ある方はぜひご参加ください。



＜仁保地区福祉員協議会 藤井会長＞

私たち森山サロンでは6年間百歳体操を続けており、みんなほぼ変わらず元気に参加できています。一緒に会場に行くのも、集まってワイワイお話しするのも楽しみの一つになっています。日々の生活でも百歳体操の効果を実感しています。皆さんもいつまでも元気のために、一緒に百歳体操を頑張りましょう。

【仁保地区いきいき百歳体操を考える会】

日時：令和7年10月30日（木） 14時～15時30分

場所：仁保地域交流センター 仁保ホール

申込・問合せ先：山口市北東第2地域包括支援センター （083-929-1414）

