



10月21日(日)



地域運動会に参加しましょう！！

スポーツの秋、思いっ切りからだを動かして、秋のおいしい空気を胸いっぱい吸い込んで、あなたもこの地域運動会に参加しませんか。

ご承知のこととは思いますが、この地域運動会では**ホ号棟**が昨年まで**五連勝**を続けています。

今年から新しい種目も加わりました。プログラムにはきっとあなたが出場できる種目があるはずです。内容や申し込みは管理組合より回覧していますのでご覧ください。

ホ号棟からは、今期の階段委員の方8名が地域運動会の実行委員としてすでに委員会で準備を進めています。最近の忙しい人々は、アスリートを除いて殆どの方が運動不足だそうです。

運動不足は、メタボリックシンドロームの原因になり、悪循環で成人病を誘発します。もちろん年に一回の運動会で運動不足を解消できるものではありませんが、これをきっかけにスポーツに興味を持っていただければ、運動会も地域のために貢献したと言えるでしょう。

走らなくたっていいんです、跳ばなくてもいいんです、あなたの体力のままに動いて下さい。結果は8人中8位でもいいんです。参加したという事があなたの思い出になれば、それでいいんです。



秋の一日を子供達の歓声の中で、**ホ号棟の黄色い応援旗**とボンボンの前で、ゴールのテープを切りましょう。ときには染池小学校の運動場で、この日だけは子供に戻って楽しく過ごしましょう。

地域運動会は10月21日(日曜日)です。最後にはお楽しみの抽選会もあります。もちろん見るだけ、応援するだけでも結構です。ホ号棟住民の皆様の参加を地域活動委員会・地域運動会実行委員全員心よりお待ちしております。