

健康ボウリング大会を開催します！

同窓会会員の皆様こんにちは、いかがお過ごしですか。
日頃の同窓会へのご協力ありがとうございます。

近年、人生100年時代といわれていますが、最期まで生活の質は維持しながら自立して楽しく生活したいものです。

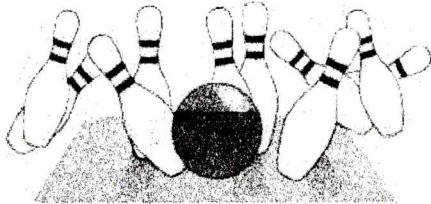
加齢とともに、視力・体力・記憶力・判断力などの身体機能の低下が出てきます。

このような身体機能・認知機能の低下を十分に認識し、自分の身体の変化に応じた安全行動をとることが非常に重要ですが、健康寿命を延ばすことも必要です。

健康寿命を延ばすには、食事・運動・人との触れ合い等が大切です。

日頃の、ストレスを発散できるボウリングは、まさに打って付けではないでしょうか。

初心者でも楽しめますので、是非ご参加頂きますようお願いいたします。



賞品あり：寿こ！

皆様のご参加をお待ちしています！



記

日 時 令和2年2月17日（月）午後1時30分集合（ゲーム開始は、午後2時00分）

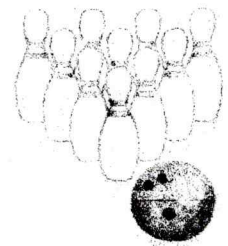
開催会場 ROUND1 さいたま・鴻巣店（鴻巣市箕田3163番7、国道17号際）

（集合場所） TEL：048-595-2001

MEGA ドン・キホーテ国道17号向かい側、スーパービバホーム南東120m

募集人数 28人（2月6日木曜、締切）

費用 2,000円（2ゲーム・貸靴代込）



申し込み・問い合わせ先

同窓会クラブ活動委員長 渡辺 国雄（3期）

PCアドレス kuniow5138tama@yahoo.co.jp

携帯アドレス kunio.w5138tama@ezweb.ne.jp

携帯番号 090-2932-1646

申し込み・問い合わせは、パソコンメール・携帯メール
携帯ショートメール・電話でお願いします。