

第43回天津地区運動会



総合優勝 四季区

平成29年に総合優勝した「上阿賀」より優勝旗の返還をうけた後、来賓の宮永副町長より挨拶をいただきました。

子どもたちが元気に「選手宣誓」をし、いよいよ運動会がスタート！まずは皆で準備運動をしました。



10月6日(日)7年ぶりに「運動会」を開催することができました。雨が続き開催できるか不安もありましたが、前日準備から天候が回復し、当日は、天気に恵まれました。



第2種目：ちびっ子&シルバー全員集合



1回戦目は、28対40でシルバーチームがリードしましたが、2回戦目に、26対46でちびっ子チームが逆転しました！

今回の新種目！手作りのラグビーボールを蹴りながら進み、折り返しはボールを抱えて走り、次の走者へバトンを繋ぎました。真っ直ぐ転がらないボールに苦戦したチームもあったのではないのでしょうか？



第1種目：玉入れ 1位 四季

2回戦の合計で順位を決めます。最高個数は、四季の42個でした。



第4種目：ラグビーリレー

中面に続きます…



福祉コーディネーター『小木(こぎ)』です

虫の音に深まる秋を感じる頃となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。ふるさと交流センターでは、先月10月16日(水)に天津地区合同100歳体操が開催され、100歳体操を継続されている方、新たに挑戦される方など多くの参加で賑わいました。心身の健康を維持するためには継続的な運動と人との会話が大切です。100歳体操は無理なく体操でき、どなたでも取り組みやすい運動になっています。まだ100歳体操に参加されたことがない方は集落の皆さんと一緒に運動してみませんか。

10月16日(水)
あまつ合同
100歳体操開催

100歳体操日程

公民館	曜日	時間
境	月	13:30~
柏尾	月	13:30~
四季	水	10:30~
清水川	水	13:30~
坂根	水	13:30~
谷川	木	10:00~
上阿賀	金	13:30~



eスポーツ交流会



健康チェックコーナー

集落ごとに週1回“いきいき100歳体操”を実施しています。お休みの日もありますので、体験を希望される場合は、各集落の100歳体操世話人さんにご相談ください。「世話人さんが分からない」「初めてなので誰かと一緒に参加したい」等ありましたら、天津地域振興協議会までご連絡ください。

100歳体操はゆっくりする約40分間の運動です
筋力をつけて動きやすい体を作りいつまでも元気で暮らしましょう

(運動例)



準備体操



筋力運動(重りあり)



整理体操

筋力運動では手や足に重りをつける運動もあります(重さは調整できます) 問い合わせ：天津地域振興協議会 電話番号(0859)66-4905

2024年11月の予定表

施設休館日

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	31	1	2 文化祭準備 地域づくり部:9:30~ 文化部:13:30~
3 収穫祭・文化祭 9:30~14:00	4	5	6	7 文書配布日	8	9 あまつ子ども食堂 とことこ(要予約) 12:00~
10	11 文化部会 交流室:19:30~	12 eスポーツ交流会 ロビー:13:30~15:30	13 まちの保健室 交流室10:00~ 手芸カフェ ロビー:9:30~12:00	14	15 スマホ教室 ロビー:10:00~	16
17	18	19	20	21 文書配布日	22 評議会 交流室:19:30~	23
24	25 ふれあい部会 交流室:19:30~	26 eスポーツ交流会 ロビー:13:30~15:30	27 手芸カフェ ロビー:9:30~12:00	28	29	30
12月 1 あまつスポレク 9:30~	2 総務企画部会 交流室:19:30~	3	4	5 文書配布日	6	7

第5種目・第10種目：綱引き

第6種目：宅配便リレー

第12種目：総合リレー



最終種目のリレー！
ゴールするまで、どちらが勝つか
分からない展開となりました。



総合優勝 四季千一ム
準優勝 谷川千一ム
第3位 清水川千一ム



皆様のご協力のもと、大きな怪我や事故もなく無事終了する事が
できました。
前日や当日朝早くからの設営・準備、また終了後の片付けにもご
協力いただきありがとうございます。
今年度は、司会進行等を法勝寺中学校のボランティアの方にお願
いしました。ご参加いただき、ありがとうございました。



大人達の力比べに
子ども達の応援にも
力が入ります。
綱を引っ張るタイミ
ングを合わせるな
ど、どの集落も一致団結していました。

第8種目：「火事だー！」大声競争



防災競技として、大声競争
を計画しました。
「火事だー！」
「逃げろー！」など、大声
を出し、測定器で計測しま
した。

第7種目：お土産ダッシュ競争



第9種目：天津ウルトラクイズ

第11種目：メドレーリレー



【第1走者】
スプーンにピンポン
玉を乗せて走ります。



【第3走者】
そうきにドッチボールを
乗せて走ります。
早く走るとボールが置いて
けぼりになってしまい
ます。



【第2走者】 バドミントンラケットに
テニスボールを乗せて走ります。



【第4走者】
リム（車輪）の溝に棒
を入れて、倒れないよう
に押しながら走ります。
これがなかなか難しく、
差が開くか縮むか予想が
できません！！

スマホ教室のご案内

第28回のスマホ教室は、

11月15日(金) 10:00~12:00です。

<内 容> LINE の色々な機能を使ってみよう♪
スマホお悩み相談

申込締切
11/14(木)

参加を希望される方は、電話にてお申込みください。
<場 所> ふるさと交流センター <定 員> 15名
<申込先> 天津地域振興協議会 ☎ 66-4905

「たすかーど」
ポイント進呈対象事業

11:00 頃に
アローズワンさんが
スコーンの販売に
来られます♪

11月のeスポーツ交流会

日 時： 11月12日(火)
11月26日(火)
時 間： 13:30~15:30
場 所： ふるさと交流センター

どなたでも参加可能です。
みんなで楽しみませんか？

当日は、太鼓ゲームをします！！

申込不要!