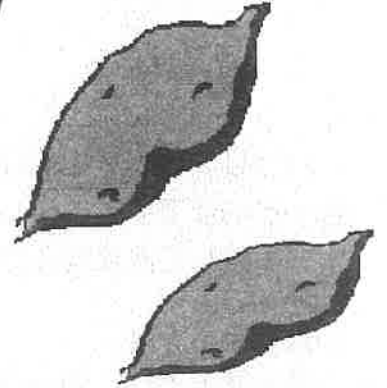


# ハイキングのご案内

## 「みかん狩りといも掘り」



- ・ 日 時：11月24日（日） 雨天中止
- ・ 集合時間：午前9時
- ・ 集合場所：成瀬公民館前
- ・ 行 程：約6km 成瀬公民館→高森→東富岡→丸山城址公園→成瀬公民館  
途中、前高森地区で『いも掘り』と東富岡地区で『みかん狩り』を行います  
また、丸山城址公園では昼食をとります
- ・ 解散時間：成瀬公民館前を午後3時頃を予定しております
- ・ 持ち物：弁当、水筒、花切りはさみ、シャベル、軍手、タオル
- ・ いも及びみかんを入れるビニール袋は、主催者側で用意致します
- ・ 申し込み：当日公民館で受け付けます

※成瀬公民館の駐車場は狭いので、お車でのお越しはご遠慮願います

※みかん園入園料：大人300円、小学生150円、幼児は無料。尚、お買い求めのみかん代は実費となります

※詳しいお問い合わせは、下記のスポーツ推進委員へどうぞ。

熊本 周司 090-5822-0790  
村上 義男 090-4026-0804  
高田 信二 090-3530-9379  
辻 晋 080-3430-6817

布袋田 匡紀 92-4125  
鈴木 孝幸 93-3305  
大貫 義治 090-9363-2470  
高橋 あけみ 94-4230

裏面もご覧ください

令和6年10月15日

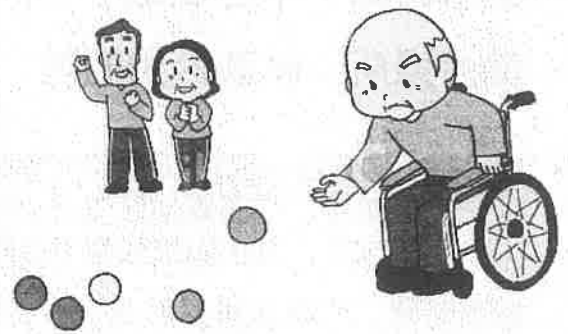
主催：成瀬地区体カづくり振興会

## ポッチャ体験会

パラリンピック正式種目である『ポッチャ』は、障がいのある無しに関わらず、大人から子どもまで手軽に楽しくプレーできるスポーツとして話題になっています。この機会に是非体験してみませんか？

～ポッチャとは～

ポッチャとは、ヨーロッパで生まれた重度脳性麻痺者もしくは同程度の四肢重度機能障がい者のために考案されたスポーツで、ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のボールをそれぞれ6球ずつ投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競うスポーツです。



☆ 日 時            11月17日（日）    午前9時～12時

☆ 会 場            成瀬小学校体育館

☆ 対 象            ・成瀬地区在住の小学生以上

☆ 申し込み        ・当日会場で受付をします

**受付人数制限あり：50人程度**

☆ 持ち物他        ・運動のできる服装で室内履きシューズとタオルなどをご用意  
                         下さい

※詳しいお問い合わせは、下記のスポーツ推進委員へどうぞ。

熊本 周司 090-5822-0790  
村上 義男 090-4026-0804  
高田 信二 090-3530-9379  
辻 晋 080-3430-6817

布袋田 匡紀 92-4125  
鈴木 孝幸 93-3305  
大貫 義治 090-9363-2470  
高橋 あけみ 94-4230

裏面もご覧ください