

平成 28 年度開催
第 37 回中山町シルバーレクリエーション大会開催要綱

1. 目的 この大会は、軽易な健康スポーツを競い合うことにより、高齢者の健康づくりと相互交流に貢献することをもって、高齢者福祉の増進を図ることを目的とする。
2. 主催 社会福祉法人 中山町社会福祉協議会
3. 後援 中山町、中山町老人クラブ連合会
4. 期日 平成 28 年 10 月 20 日（木）
5. 場所 中山町中央公民館 大ホール
6. 日程 ①開場 9 時 ②開会式 9 時 10 分 ③9 時 20 分 選手宣誓
④ラジオ体操 9 時 25 分 ⑤競技 9 時 30 分～11 時 40 分
⑥表彰・閉会式 11 時 50 分～12 時 30 分

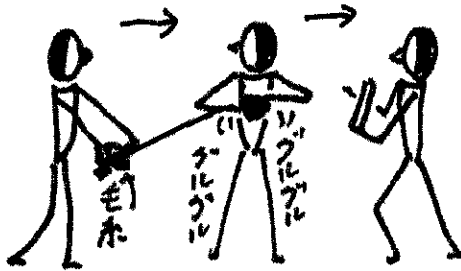
※時間割は目安です。

7. 参加資格 ①町内にお住まいの 60 歳以上の方
②5 人以上で 1 チームとする。
8. 競技方法 ①別紙による。
②勝ち負けよりも安全と親睦を第一とする。
③複数の競技に参加できることとする。
9. 表彰 ①総合 1 位から 4 位まで賞状及びトロフィーを授与する。
②適宜、応援賞を授与することがある。
10. 参加申込 ・10 月 11 日（火）まで（福）中山町社会福祉協議会事務局または各地区の老人クラブ会長に指定用紙により申し込むこととする。
※各地区の老人クラブ会長は上記まで申込書を届けていただくか、または Fax(662-5345) 等で送付して下さい。
11. その他 ①本大会は、予算の範囲内で行う。
②飲み物・タオル等必要な物は各自準備すること。
③参加者全員に参加賞を授与する。
④後片付け等を参加者の皆さんでご協力お願いします。

第37回中山町シルバーレクリエーション大会 種目 (平成28年10月20日)

ターゲットポッチャ

7m先にある輪の中に1人2個、チーム5人で計10個の玉を転がして入れるゲーム。入った個数が得点になります。

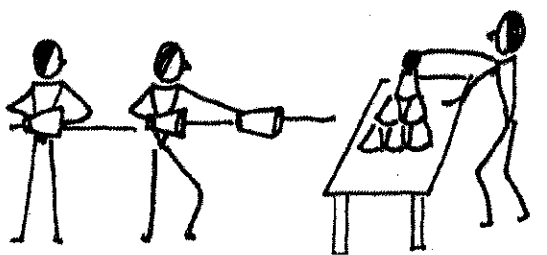
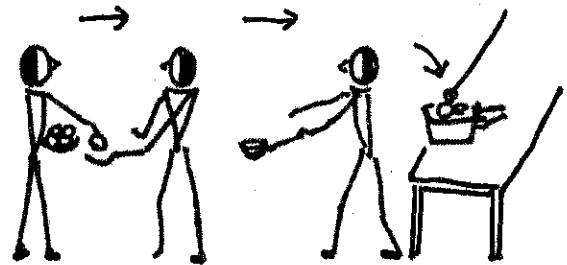


糸巻きリレー

選手全員がラップの芯を持ち、(始めの人だけ毛糸が巻いてある芯を持つ)二番目の人が初めの人のお糸を自分の芯に巻きつけていくリレー。次々と繰り返して、始めの人が最後に移動して自分の芯に巻きつけ終了。

お玉リレー

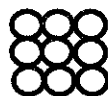
4人の選手がお玉を持ち、スタートの位置にいる選手がボールが入ったかごを持って、はじめの選手のお玉にボールを一個ずつのせていく。それをリレーし、15個全部ゴールにあるかごに入ったら終了。タイムで競う。
※落ちたら拾う。



紙コップはさかさまにつむ

紙コップリレーとコップタワー

1番目の選手が底に穴の開いた紙コップ14個を紐の先についた箸をさして4人でリレーで送り、5番目の選手が机の上で9-4-1でタワーをつくる。トップにボールを載せて終了。タイムを競う。



1段目
9個



2段目
4個



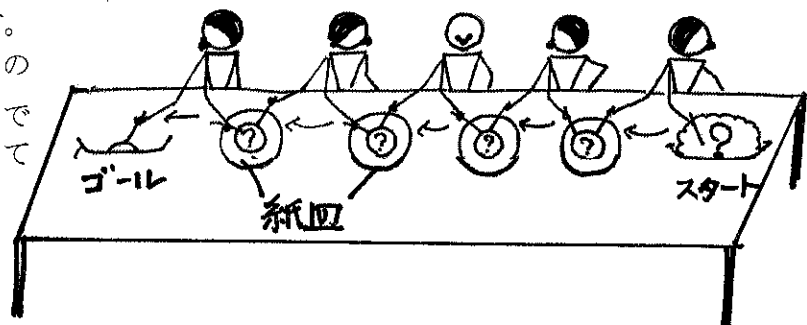
3段目
1個



上にボールを
のせて完成!

お!つまみリレーゲーム

テーブルに座って行うゲームです。かごに入ったたくさん(30個)の菓子を一個ずつお箸でつまんで隣の人の前にお皿に移していきタイムを競うゲームです。お菓子と箸は当日のお楽しみ!



※当日、都合により競技内容を変更させていただくことがあります。ご了承ください。