

# ゴルフで楽しく認知症予防



## WAGシニアゴルフスクール

スクール生  
募集中!



2018年6月、国立長寿医療研究センター、東京大学、杏林大学、ウィズ・エイジングゴルフ協議会の共同研究により、ゴルフで記憶力が改善されることが明らかになりました。ゴルフには、ラウンドしながらスコアを数えたり、仲間とコミュニケーションをとったり、認知症予防に効果的な要素が取り込まれています。あなたもゴルフを始めてみませんか？

- 対象者 日高市在住男女65歳以上のゴルフ未経験者、または1年以上ゴルフをお休みしている初心者の方。※送迎はございません。
- 募集人数 火曜クラス10名・金曜クラス10名
- 参加費 2,500円×8回（施設利用料、レッスンフィ、保険料含む）
- 申込期間 2018年8月31日（金）締切
- 教室実施日時

回数	1	2	3	4	5	6	7	8
内容	練習 ステップ	練習 ステップ	練習 ステップ	練習 ステップ	練習 ステップ	練習 ステップ	コース ステップ	コース ステップ
火曜 クラス	9/4(火)	9/11(火)	9/18(火)	9/25(火)	10/2(火)	10/9(火)	10/18(木)	10/23(火)
金曜 クラス	9/7(金)	9/14(金)	9/21(金)	9/28(金)	10/5(金)	10/12(金)	10/19(金)	10/26(金)
時間	10:00 ~ 11:30						14:00 ~ 16:00	
場所	日高 カントリー クラブ	日高 ゴルフ レインジ	日高 ゴルフ レインジ	日高 ゴルフ レインジ	日高 ゴルフ レインジ	日高 ゴルフ レインジ	日高 カントリー クラブ	日高 カントリー クラブ

- 実施場所 日高ゴルフレインジ 日高市大谷沢9-1 TEL: 042-989-2685  
日高カントリークラブ 日高市高萩1203 TEL: 042-989-1311

主催 日高市ゴルフ連盟・日高カントリークラブ  
 共催 埼玉県ゴルフ連盟・日本ゴルフ場支配人会連合会・埼玉県ゴルフ協会・埼玉県プロゴルフ会・埼玉県ゴルフ練習場連盟  
 後援 日高市  
 協力 日本ゴルフ用品協会・日本スナッグゴルフ協会・ウィズ・エイジングゴルフ協議会

### ■お問合せ・申込先

日高カントリークラブ 担当：平沼・小俣

350-1213 日高市高萩1203 TEL: 042-989-1311 FAX: 042-985-3238

## ● レッスン内容

回数	1	2	3	4
内容	練習 ステップ	練習 ステップ	練習 ステップ	練習 ステップ
火曜 クラス	9/4(火)	9/11(火)	9/18(火)	9/25(火)
金曜 クラス	9/7(金)	9/14(金)	9/21(金)	9/28(金)
時間	10:00 ~ 11:30			
場所	日高 カントリークラブ	日高 ゴルフレンジ	日高 ゴルフレンジ	日高 ゴルフレンジ
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開校式</li> <li>・ストレッチ</li> <li>・ゴルフ知識の学習</li> <li>・スナッグゴルフでの練習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレッチ</li> <li>・ゴルフ知識の学習</li> <li>・スナッグゴルフでの練習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレッチ</li> <li>・ゴルフ知識の学習</li> <li>・本クラブでの練習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレッチ</li> <li>・ゴルフ知識の学習</li> <li>・本クラブでの練習</li> </ul>
回数	5	6	7	8
内容	練習 ステップ	練習 ステップ	コース ステップ	コース ステップ
火曜 クラス	10/2(火)	10/9(火)	10/18(木)	10/23(火)
金曜 クラス	10/5(金)	10/12(金)	10/19(金)	10/26(金)
時間	10:00 ~ 11:30		14:00 ~ 16:00	
場所	日高 ゴルフレンジ	日高 ゴルフレンジ	日高 カントリークラブ	日高 カントリークラブ
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレッチ</li> <li>・ゴルフ知識の学習</li> <li>・本クラブでの練習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレッチ</li> <li>・ゴルフ知識の学習</li> <li>・本クラブでの練習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレッチ</li> <li>・ゴルフ知識の学習</li> <li>・本クラブでのラウンド</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレッチ</li> <li>・ゴルフ知識の学習</li> <li>・本クラブでのラウンド</li> <li>・閉校式</li> </ul>

## ● 持ち物

すべりにくい運動靴またはゴルフシューズ、帽子（キャップ、サンバイザー）、ゴルフグローブ（必要な方）飲み物、タオル、筆記用具、雨合羽（上下わかれているもの／コースステップで雨天の場合のみ）

※ゴルフクラブは、無料でレンタルできます。お持ちの方は、持ち込まれても構いません。

◎ご参加の方には、別途詳細のご案内をいたします。