

ゴルフで楽しく認知症予防



WAGシニアゴルフスクール

**2期生
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？

第2回WAGシニアゴルフスクール

- 対象者 日高市在住男女65歳以上のゴルフ未経験者、初心者の方。※送迎はございません。
- 募集人数 10名 (応募多数の場合は抽選)
- 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 2019年2月9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
実施日	2/12 (火)	2/19 (火)	2/26 (火)	3/5 (火)	3/12 (火)	3/19 (火)	3/26 (火)	4/2 (火)
時間	10:00 ~ 11:30						14:00 ~ 16:00	
場所	日高 カントリー クラブ	日高 カントリー クラブ	ゴルフプラザ デイヒルズ	ゴルフプラザ デイヒルズ	ゴルフプラザ デイヒルズ	ゴルフプラザ デイヒルズ	日高 カントリー クラブ	日高 カントリー クラブ

- 実施場所

ゴルフプラザデイヒルズ	日高市北平沢592	TEL : 042-985-3041
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：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
実施日	2/12(火)	2/19(火)	2/26(火)	3/5(火)
時間	10:00 ~ 11:30			
場所	日高 カントリークラブ	日高 カントリークラブ	ゴルフプラザ デイヒルズ	ゴルフプラザ デイヒルズ
内容	<ul style="list-style-type: none"> ・開校式 ・ウォーミングアップ ・スナッグゴルフ ・コース見学 ・クーリングダウン ・ゴルフ知識の学習 ・宿題 	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップ ・スナッグゴルフ ・クーリングダウン ・ゴルフ知識の学習 ・宿題 	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップ ・スナッグゴルフ ・クーリングダウン ・ゴルフ知識の学習 ・宿題 	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップ ・本クラブ打撃練習 ・クーリングダウン ・ゴルフ知識の学習 ・宿題
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
実施日	3/12(火)	3/19(火)	3/26(火)	4/2(火)
時間	10:00 ~ 11:30		14:00 ~ 16:00	
場所	ゴルフプラザ デイヒルズ	ゴルフプラザ デイヒルズ	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"> ・ウォーミングアップ ・本クラブ打撃練習 ・クーリングダウン ・ゴルフ知識の学習 ・宿題 	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップ ・本クラブ打撃練習 ・クーリングダウン ・ゴルフ知識の学習 ・宿題 	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップ ・本コースでラウンド ・クーリングダウン ・ゴルフ知識の学習 ・宿題 	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップ ・本コースでラウンド ・クーリングダウン ・ゴルフ知識の学習 ・閉校式

● 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。