



2023年

1月号

Vol.6  
(不定期発行)

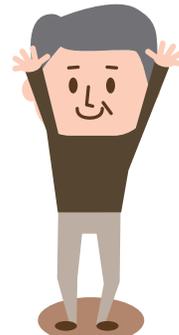
皆さま、いつも南丹市社会福祉協議会の活動にご理解ご協力いただきありがとうございます。  
さて、サロンのネタに困っている、楽しく体を動かしたい、他のサロンと交流したい、そんな声に応えるべく、新しい取り組みをスタートします！！

サロン対抗選手権！  
みんなで

なんたんグランプリ

みんな挑戦してくるかな！？

いいとも～！！



☆ 略して「みんぐら」って呼んでね ☆



南丹市内のサロンが、  
それぞれの場所で同じゲームをしてナンバーワンを競います。

上位3チームとちょうど真ん中のサロンには

賞状による表彰を行います。

サロンメンバー3人以上集まれば挑戦できますので、

ふるってご参加ください。

挑戦お待ちしております！！



社会福祉法人 南丹市社会福祉協議会

〒629-0301 日吉町保野田垣ノ内 11 番地 ☎ 0771-72-3220



## 用意していただくもの

### ● 買い物カゴ1つ

※なければ同様の大きさの箱やカゴ。  
幅 50cm× 奥行 40cm×  
高さ 26cm 程度

### ● 紙 適量

※新聞や折り込みチラシ、コピー用紙など何でもOK  
厚さや大きさは問いません。

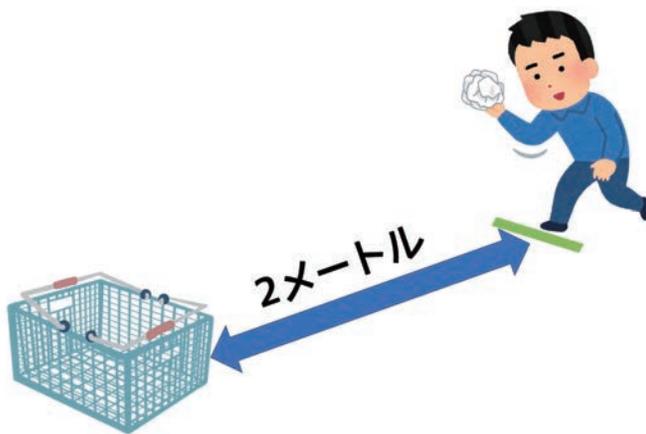
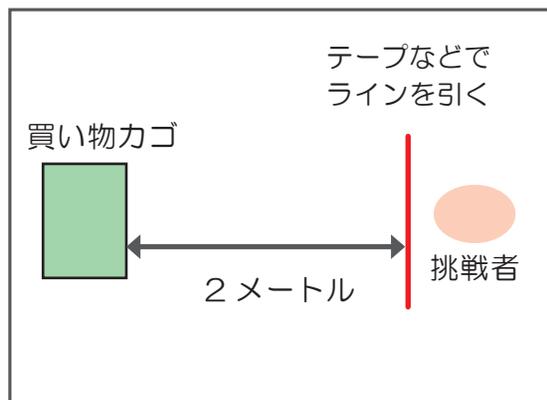
### ● ラインとなるもの1つ

※例えば…養生テープ、  
ビニールテープ、  
タオル、ハチマキ等。

### ● メジャー1つ

※2メートル以上測れるものをご用意ください。

## ゲームを始める前の準備



- ① 玉を投げる位置を決め、その場所にテープなどでラインを引いてください
- ② ラインから2メートル離れた位置に買い物かごを置きます。
- ③ 買い物かごの向きは、投げる方から見て横向きです。
- ④ 紙を丸めて10cm以内の大きさの玉を作ります。

(糊やテープを使わずに丸めてください)



## ルール

玉を 50 回投げ、買い物かごに入った数で順位を競います

- ① ラインから玉を 1 個ずつ投げます。
- ② 玉の投げ方は自由です。座っても立っても OK。
- ③ ラインを踏まず、また越えないようにしてください。
- ④ 1 チーム 3 名以上(上限なし)で、各自 1 回以上は投げてください。
- ⑤ サロンメンバー全員が参加する必要はありません。
- ⑥ 投げる回数の振り分け方は自由です。
- ⑦ 期間中に挑戦できるのは 1 回のみです。

練習をしてから挑戦してください。

- ⑧ 競技終了後、社協まで結果を報告してください。
- ⑨ 写真や動画付きで応募すると結果が同数のときに有利です！

※結果が同数のサロンがあった場合、写真や動画付きで応募したサロンが上位になります。

### 応募方法

- 応募締切

令和 5 年 **1月31日(火)必着**

- 応募方法

得点

+

参加  
人数

+

感想

をお知らせください。

応募先は次ページをご覧ください。

がんばった成果を  
応募しましょう♪



### 結果発表

\\ 次号の **サロンメイト** と **YouTube** で発表します //

**1位~3位** と、**ちょうど真ん中のサロン** には表彰状を贈らせていただきます！！

# 応募先

園部事務所

☎ 0771-62-4125

✉ nantan\_sonobe@nantan-shakyo.or.jp

LINE



八木事務所

☎ 0771-42-5480

✉ nantan\_yagi@nantan-shakyo.or.jp

LINE



日吉事務所

☎ 0771-72-0947

✉ hiyoshi\_jimusyo@nantan-shakyo.or.jp

LINE



美山事務所

☎ 0771-75-0020

✉ nantan\_miyama@nantan-shakyo.or.jp

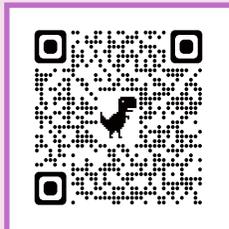
LINE



Check!

YouTubeで取り組み方法を  
詳しく解説しています!

▼ 社協職員オリジナル作成動画 ▼



わかりやすく  
いいね!



Join!

オープンチャットで  
交流しよう!

準備している様子、取り組んだ感想などを気楽にお話しませんか。競技についての質問もお気軽にどうぞ! LINEアプリをご利用の方なら、すぐに参加できます♪

参加コード  
▼ [mingura] ▼



たのし〜



## サロン活動されているみなさまへ

12月に入り、一気に寒くなりましたね。今シーズンは雪がたくさん降るでしょうか・・・ふれあい・いきいきサロンは、みんなで集まって楽しいだけでなく、一人じゃないと感じられる心の拠り所であったり、お互いにゆるく自然な見守り合いができたり、得意なことを活かし活躍できる活動場所であったりと、たくさんの機能があるステキな活動だと思います。社協では、これからもサロン活動の応援を通じて、皆さまと一緒にふくしのまちづくりを進めていきたいと思っています。

1月からの「みんぐら」、どうぞ楽しんで取り組んでくださいね。

そして、今年も1年お世話になりました。良い年をお迎えください。(R4年12月)