

フレイル？それってゴルフのルール？～知らないアナタがいちばんヤバイ！

長月会コンペ

運動

社会
参加

栄 養
口腔ケア

ゴルフdeフレイル予防～フレイルチェック&食育セミナー～

第9回 長月会コンペ (GHS/立場&藤沢川名スクール合同コンペ)

「長月(ながつき)会」って何？

“長月”は旧暦で9月(新暦の9月下旬～11月上旬)のこと。稲を刈り収める時季であるため、「毎年、稲が実ることを祝う」という意味があります。
皆様のゴルフが毎年稲のように実っていくことを願う会、それが長月会です。

日 時 2025年 10月13日(月・祝) INコース 8:32スタート

場 所 小田原湯本カントリークラブ (小田原厚木道路「小田原西IC」から約10分)

集 合 (コースに直接行かれる方) 現地 am7:30集合
(車に同乗される方) 立場ゴルフ または VG藤沢川名店 am5:30集合 ※交通費は別途

定 員 4組16名様 ※定員になり次第〆切ります。お申し込みはお早めに！

参 加 費 一般 27,000円/メンバー17,000円(税込) ※プレー代・昼食代・パーティ代・賞品代・セミナー代を含む

当日の流れ



ゴルフフィットネス
準備運動は拔かりなく



スタート前レッスン
最終調整に(自由参加)



フレイル予防セミナー
ずっと元気にゴルフを楽しむ



パーティ&表彰式
仲間と楽しい一時を♪

※写真は過去の長月会の様子です

競技方法 新ペリア方式・初心者特別ルールあり

協力・協賛 公益社団法人かながわ福祉サービス振興会
Food de Muscle(アクサトレーディング株式会社)

申込方法 所定の用紙にて、あるいは担当者(小森)に「参加!」と一言



当日は、
私がお話し
いたします



【セミナー講師】
今村一恵さん

●お問合せ・お申込みは●

ゴルフハウス湘南(担当:小森)

ゴルフスクールGHS 立 場 名 藤 沢 川 名 ☎045-845-2000

第9回 長月会コンペ ～立場・藤沢川名スクール合同コンペ～

“長月”は旧暦で9月(新暦の9月下旬～11月初旬頃)のこと。「稲が実ることを祝う」という意味があります。皆様のゴルフが、毎年稲のように実ることを願う会。それが長月会です。

日時 2025年10月13日(月・祝) 8:32 INスタート

場所 小田原湯本カントリークラブ

〒250-0027 神奈川県足柄下郡箱根町湯本 390-37 ☎0460-85-5743
【交通】小田原厚木道路もしくは西湘バイパス→「小田原西IC」から約10分

集合 (コースに直接行かれる方) 現地 **am7:30集合**
(車に同乗される方) 立場ゴルフ または VG藤沢川名店 **am5:30集合** ※交通費は別途
★コンペ当日は、立場ゴルフ もしくは ヴィクトリアゴルフ藤沢川名店の駐車場が利用できます。

定員 4組**16**名様 ※定員になり次第〆切らせて頂きます。お申し込みはお早めに！

参加料金 一般 **27,000円**/メンバー**17,000円**(税込) ※参加料金には下記の内容が含まれます。
【内容】1Rプレー代(セルフプレー)・昼食代・パーティ代・コンペ賞品代・セミナー受講料
※上記内容に含まれない個人的な飲食やお買物等は、個人精算をお願いいたします。

特別企画 **ゴルフdeフレイル予防講座** ※フレイル予防をテーマに食育セミナーを行います

当日の流れ 7:30集合 ▶ 8:15集合写真撮影 ▶ 8:32スタート ▶ プレー後入浴等 ▶
フレイルチェック&予防プチセミナー ▶ パーティ&表彰式(16時ごろ終了予定)

申込方法 ①過去に参加された方：口頭で担当インストラクター(小森)にお申し込みください。
②初参加の方：下記申し込み用紙を提出 もしくはFAXにて▶FAX 045-845-2005

- 雨天決行です。台風などの極端な悪天候時の場合は、状況に応じて判断します。
- 10月4日以降のキャンセルは、キャンセル料がかかる場合があります。
- 競技は、新ペリア方式で行います。ハンディキャップの上限はありません。
- 本コースのラウンド経験が3回未満の方には、「初心者特別ルール」を適用します。

〈お申し込み〉立場スクール Tel045-845-2000/藤沢川名スクール Tel0466-29-9025

〈協賛〉Food de Muscle(アクサトレーディング株式会社) Tel03-5807-5110

〈協力〉公益社団法人かながわ福祉サービス振興会 Tel045-514-1182

〈企画・運営〉ゴルフハウス湘南 Tel045-845-2000(責任者：小森 Tel090-2414-8442)



【セミナー講師】
スポーツ栄養コンディショニング
アドバイザー/今村一恵さん

【第9回 長月会コンペ&レッスン 申し込み用紙】※初参加の方のみ

フリガナ		お申し込み日	年	月	日
氏 名		平均スコア	生年月日		
			年 月 日		
ご自宅電話		※新ペリアの順位決めに必要です			
携帯電話					
メールアドレス					
立場ゴルフ 又は ヴィクトリア駐車場のご利用は？ する(車種：) (色：) / しない					
通信欄					