

健康維持増進

のための
ゴルフスクール

WAG

With Aging Golf

JGA WAGスクールは、ゴルフを通じた健康維持増進のためのゴルフスクールです。
ゴルフは生活習慣病の予防や精神的な健康も増進させるなど心身の健康に役立ちます。
ゴルフで健康増進、はじめてみませんか？

JGA WAGスクール 1Dayプログラム 参加者募集！



□JGA WAGスクールは、ゴルフを『始める』『復帰する』『維持する』そしてゴルフを通して『コミュニティ』づくりのきっかけともなるスクールです。1 Dayプログラムは、頭お身体を使うゴルフ「JGA WAGスクール(通常8回)」を1日で体験していただきます。

開催日 : 2025年9月26日 (金) 12:00 ~16:00

開催場所 : 大玉カントリークラブ

対象者 : 大玉カントリークラブ近郊市町村在住の45歳以上の方
※女性の方歓迎します。レンタルクラブございます。

参加費 : 1,000円

主催 : 大玉カントリークラブ ・ 公益財団法人 日本ゴルフ協会(JGA)

後援 : 大玉村 ・ 本宮市

2025年9月1日より申し込み開始いたします。

下記までお問い合わせください

大玉カントリークラブ ☎0243-48-2111

WAGスクール参加者募集

健康維持増進のためのゴルフスクール『WAG』！

当クラブで、JGA WAGスクール 1Dayプログラムを開催いたします。

日本ゴルフ協会WAGスクールは、ゴルフを通じた健康維持増進のためのゴルフスクールです。
ゴルフは生活習慣病の予防や精神的な健康も増進させるなど心身の健康に役立ちます。
ゴルフで健康増進、はじめてみませんか！
当クラブでは、下記の日時に開催いたします。

開催日：2025 年 9 月 26 日（金） 12 時 00 分～16 時 00 分

場 所：大玉カントリークラブ並びに大玉CCゴルフ練習場

対象者：大玉CC近隣市町村在住の 45 歳以上の方（レンタルクラブのご用意有）

参加費：1,000 円 募集定員：先着 10 名様

主 催：大玉カントリークラブ ・ 公益財団法人 日本ゴルフ協会

JGA WAGスクールは、ゴルフを『始める』『復帰する』『維持する』そしてゴルフを通して『コミュニティ』づくりのきっかけともなるスクールです。

1Dayプログラムは、頭・お身体を使うゴルフ「JGA WAGスクール（通常 8 回）」を 1 日で体験していただきます。ゴルフの知識・ゴルファーのためのストレッチ・ティーチングプロによる練習場でのレッスン、そしてコースプレー（2～3 ホール）を体験していただきます。

※ WAG（ウィズ・エイジング・ゴルフ）

詳細については、ご案内のチラシをご覧ください。

また、お申し込みは大玉カントリークラブまでお電話下さい。

TEL 0243-48-2111

『JGA WAG スクール』開催趣意書

公益財団法人日本ゴルフ協会（JGA：JAPAN GOLF ASSOCIATION）は 1924（大正 13）年 10 月に創設され、我が国のゴルフ統括団体として位置づけられております。JGA の創設以来、アマチュアリズムに則したゴルフ精神の正しい順守、ナショナルハンディキャップ制度の実施、公式競技の開催、ゴルフ・ルールとエチケットマナーの普及などに努め、ゴルフの健全な発展を担ってまいりました。

2022 年、JGA は従来のアスリートゴルファーのみならず、一般アマチュアゴルファーも対象としたゴルフの普及振興を目指し、ゴルフ振興推進本部を設立いたしました。この活動の柱の一つを「ゴルフと健康」とし、ゴルフを通じた国民の健康維持増進のための様々な活動を行っております。

その一つとして毎年、国が定める「健康増進普及月間」のうち、日本シニアオープンゴルフ選手権が開催される一週間（2025 年は 9 月 15 日（月）～21 日（日））を【ゴルフ健康週間】とし、この期間に合わせ「健康維持増進のためのゴルフスクール『JGA WAG スクール 1 Day プログラム』」を企画、実施し、地域自治体やゴルフ施設の皆様とともに地域住民の方々のゴルフを通じた健康維持増進のための活動を行ってまいります。また、2025 年度からは更により多くの方にゴルフに触れていただくため、5 月を『ゴルフ月間』としてゴルフの普及振興を図ってまいります。

自治体の皆様におかれましては、ぜひ本活動の趣旨をご理解いただき、ご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

記

イベント名	健康維持増進のためのゴルフスクール 『JGA WAG スクール』 1 Day プログラム
開催日時	2025 年 9 月 26 日（金） 12：00～16：00
開催場所	大玉カントリークラブ
対象者	大玉カントリークラブ近隣市町村在住の 45 才以上の方
参加費	1,000 円
主催	株式会社カネキ 大玉カントリークラブ、（公財）日本ゴルフ協会
開催内容	カリキュラムは、長くゴルフを続けてもらうために「コミュニティづくり」に配慮した内容や運動しながら頭を使う「デュアルタスク運動」を取り入れています。

	内 容	想定時間	備 考
1	オリエンテーション	10分	・血圧測定等の体調チェック ・安全注意点の説明
2	参加者自己紹介	20分	・30秒自己紹介
3	ゴルフの知識の学習	20分	・ゴルフ用語のレクチャー
4	ゴルファーのためのストレッチ （ウォーミングアップ）	20分	・けがの防止
5	練習	30分	・歩数を増やすために指導する打席は固定し 参加者が移動する
6	コースプレー	60分	・身体と脳への適度な刺激を与えるために、 歩きながら考え会話をしてもらう。
7	ゴルファーのためのストレッチ （クーリングダウン）	15分	・運動後の身体的バランスのリセット
8	歓談	15分	・スクールの感想等。 ・「自宅のできるストレッチ」を配布
9	解散	計3時間程度	

※練習場での開催は「コースプレー」が「練習」となり想定時間が合計 90 分となります。

以上