## 一般社団法人スポーツ吹矢振興協会 青森 西小稲吹矢クラブ支部

外山 忠男支部長

## 「いつでも健康で楽しく吹矢をしよう」がモットー スポーツ吹矢式呼吸法で青森県の健康長寿を願う

2年前、西小稲町内会 の吹矢体験会でスポーツ 吹矢式呼吸法に興味を持 ち同好会を発足、この度、 振興協会の会費撤廃によ り支部を設立しました。



9時半~11時半の2時間、西小稲集会所で練習を。スポー ツ吹矢式呼吸法を意識しながら無理なく楽しんでいます。

皆の楽しみは、たくさんの賞品を用意した年数回のゲーム 大会(ダーツ、7・5・3、ゾロ目、ビンゴ、逆転他)。 試合 形式のタイム計測と採点により記録を残す練習も。「いつで も健康で楽しく吹矢をしよう」をモットーに全国一の短命

県・青森の健康長寿を願っています。吹矢の健康効果を伝え、 吹矢愛好家を増やし、協会と地域社会に貢献していきます。