

2018
June

いつでも・どこでも・だれでも楽しむことを目的とした生涯スポーツの実践と地域の活性化

Sports Center News

発行：教育委員会
社会教育課
スポーツ振興係
担当：上野、野戸、岡田
問合せ：スポーツセンター
電話：5-6856

成人スポーツの推進「エンジョイアクア」のご案内

シェイプアップやストレス解消に効果的な水中運動（音楽に合わせたダンスやウォーキング）で、身体を引き締め、生活習慣病を予防しましょう。

日程：6月5日（火）、6月19日（火）
7月3日（火）、7月17日（火）
8月7日（火）、8月21日（火）
9月4日（火）、9月11日（火）

時間：18時30分～19時30分

場所：第一町民プール

対象：16歳以上で医師から運動制限を受けていない方

参加費：無料

申込：随時募集

主催：教育委員会社会教育課スポーツ振興係



町民で65歳以上の方は第一町民プールを無料でご利用いただけます。利用者証を発行致しますので、スポーツセンターまでご来館ください。

成人スポーツの推進「レッツスイミング」のご案内

水泳を通じ運動習慣の定着や体力向上、生活習慣病の予防と、町民間交流を図りましょう。



日程：6月26日（火）クロール
7月31日（火）クロール&平泳ぎ
8月28日（火）クロール&背泳ぎ
10月2日（火）クロール&バタフライ

時間：18時30分～19時30分

場所：第一町民プール

対象：16歳以上で医師から運動制限を受けていない方

参加費：無料

申込：随時募集

主催：教育委員会社会教育課スポーツ振興係

*泳力に合わせてクラス分けを行います。また、泳法について、個別相談もお受けしますので、安心してご参加いただけます。

「第一町民プール 開館時間」

5月～6月 火曜日～土曜日：午後1時～午後8時30分
日曜日・祝日：午前10時～午後5時
7月～8月 月曜日～土曜日：午前10時～午後8時30分
日曜日・祝日：午前10時～午後5時
9月～10月 火曜日～土曜日：午後1時～午後8時30分
日曜日・祝日：午前10時～午後5時
*休憩時間 正午～午後1時まで閉館

イベントのお問合せ・お申込は、スポーツセンターまで（電話：5-6856）
イベントの記録写真が広報や新聞等に掲載される場合があります。あらかじめご了承ください。

青少年スポーツの推進 「スマイルスイミング」のご案内

水泳を通じ心肺機能・体力の向上を図りましょう。

日 程：6月20日（水）、6月27日（水）

7月 4日（水）、7月18日（水）

8月22日（水）、8月29日（水）

9月 5日（水）、9月12日（水）

時 間：14時30分～15時30分

場 所：第一町民プール

対 象：小学1年生～小学6年生までの児童

参加費：無料

申 込：6月15日（金）

主 催：教育委員会社会教育課スポーツ振興係



幼児スポーツの推進 「ちびっこプールあそび」のご案内

みんなでたのしくプールであそびましょう。



日 程：6月27日（水）、28日（木）

時 間：18時00分(集合)～18時40分

場 所：第一町民プール

対 象：3歳～5歳までの幼児

町内外問わずご参加いただけます

内 容：水かけあそび、腕あそび、足あそび
キッズビクス、キッズスライダー等

参加費：無料

申 込：6月22日（金）まで

主 催：教育委員会社会教育課スポーツ振興係

成人スポーツの推進 「ノルディックウォーキング花見ツアー」

快晴の5月12日、すこやかロード展望コースで標記ツアーを開催しました。ツアーには、町内外の幼児から70代までの17名が参加し、7.6kmのコースを約2時間かけ歩きました。途中、重内神社からの展望や桜ロードに咲く桜を見たり、万歩計で歩数を確認するなど、多年齢による町民間交流を図ることができました。

参加者からは、「1人で長距離を歩くのは大変だけど大勢だと楽しくあっという間に完走できた」。

「友達とまた参加したい」等、健康づくりの大切さと交流の楽しさを学びました。



＜次回ノルディックウォーキングツアーの予定＞
8月18日（土）潮風ツアー（涌元漁港～小谷石）