

2018  
October

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

## 幼児・青少年スポーツの推進「ビーチマラソンチャレンジ」のご案内

知内高等学校1年生が企画運営する「ビーチマラソンチャレンジ」をモニターイベントとし開催します。北海道初のビーチマラソンに是非ご参加ください。

日時：10月16日（火）14時30分～

場所：パークゴルフ場から海岸にかけての往復2km

対象：運動制限を受けていない幼児から一般成人

参加費：無料

締切：10月11日（木）

その他：お問合せ・お申込はスポーツセンターまで

主催：教育委員会社会教育課スポーツ振興係

共催：知内高等学校



## 成人スポーツの推進「ノルディックウォーキング紅葉ツアー」のご案内

町民の健康づくりと町民間交流を目的に「ノルディックウォーキング紅葉ツアー」を開催いたします。皆様のお申込お待ちしております。



日時：10月20日（土）8時30分～

場所：「道の駅しりうち」集合

コース：「すこやかロード新幹線展望コース」5, 8km

対象：運動制限を受けていない幼児から一般成人

小学2年生以下の参加は、保護者が行動に責任のとれる引率の付き添いをお願いします

参加費：無料

締切：10月17日（水）

その他：貸出用ポールには限りがあります

必要に応じて飲み物や軽食をご持参ください

8時42分通過の「はやて93号」を見学します

終了後「きのこ汁」を提供いたします

主催：教育委員会社会教育課スポーツ振興係

共催：知内スキー少年団

協力：佐藤義明氏（湯ノ里）、旅館清八（湯ノ里）

## 成人スポーツの推進「第36回町民ソフトバレーボール大会」のご案内

毎年恒例のソフトバレーボール大会を開催いたします。皆様のお申込お待ちしております。

日時：10月22日（月）・23日（火）18時30分

場所：スポーツセンターアリーナ

対象：スポーツ傷害保険等に加入している、町内居住者  
または町内勤務の一般成人

参加料：1チーム 1,000円

締切：10月12日（金）

主催：教育委員会社会教育課スポーツ振興係



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。

## 成人・高齢者スポーツの推進 「 バレトンエクササイズ 」のご案内

ニューヨークのバレエダンサーによって作られたバレトンは、バレエのコンディショニングで、筋力・柔軟性・心と体を融合させたエクササイズ。ニューヨーカー40万人がやせたエクササイズで、秋の夜長を楽しみましょう。

日 時：10月24日（水）18時30分～

場 所：スポーツセンター2階柔剣道場

対 象：医師から運動制限を受けていない町内外の一般成人・高齢者

参加費：無料

締 切：10月23日（火）

主 催：教育委員会社会教育課スポーツ振興係

\*必要に応じ、3歳～小学生までの託児を受け、運動あそびの指導を行います。申込時にご相談ください。



## 青少年スポーツの推進 「 スマイルスイミング 」



6月22日から第一町民プールにて開催したスマイルスイミングが9月12日に全日程を終了しました。

全8回で開催した教室には、延べ229名が参加し、低学年は顔洗いや水かけっこ等で水に慣れ、中学年は輪くぐりやビート板クロールの練習。高学年は25mクロールや50m4泳法にチャレンジし、参加児童それぞれが目標をクリアするとともに、泳力の向上が図れました。

## 成人・高齢者スポーツの推進 「 エンジョイアクア・レッツスイミング 」

6月5日から第一町民プールにて開催した成人と高齢者向けのアクアプログラム、エンジョイアクア及びレッツスイミングの全日程を終了しました。

エンジョイアクアでは、ポップな音楽に合わせてアクティブな動きでエクササイズをし、レッツスイミングではクロールからバタフライまでの4泳法にチャレンジした他、参加者同士で技術的な指導助言をする生徒主導型（PIE）によるレッスンの体験も行いました。

今年は、6月・7月の冷夏と9月の台風や停電等思いがけない自然災害があり、何度か中止をすることがありましたが、参加者の皆さんは、ダイエットや健康づくり、泳力の向上等、それぞれの目標に向け前向きに取り組んでいました。



\*第一町民プールは、10月21日（日）までの営業とさせていただきます。