

2019
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、窓岩
問合せ：スポーツセンター
電話：5-6856

「親子で運動あそび」のご案内

幼児の運動能力を向上させるために必要な5つのポイントを、あそびながら親子で体験しましょう。

日程：10月7日(月)、10月18日(金)
11月1日(金)、11月18日(月)
12月2日(月)

時間：17時30分～18時30分

場所：スポーツセンター

対象：3歳児(年少)～5歳児(年長)とその保護者

参加費：無料

締切：各開催日の前日まで

「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：10月9日(水) チャレンジ4泳法

時間：18時30分～19時30分

場所：第一町民プール

対象：運動制限を受けていない一般成人

参加費：無料

締切：随時募集

「簡単ボクサビクス」のご案内

ボクシングの練習メニューを取り入れた有酸素運動で、心地よい汗をかきましょう。

日程：10月15日(火)、10月29日(火)
11月12日(火)、11月26日(火)

時間：18時30分～19時30分

場所：中央公民館講堂(10月29日のみスポーツセンター)

対象：運動制限を受けていない一般成人

参加費：無料

締切：随時募集

持物：上履き、必要に応じて飲み物等

「バレトンエクササイズ」のご案内

バレエの運動を取り入れたエクササイズで、筋力と柔軟性を向上させましょう。

日程：10月23日(水)、11月6日(水)
11月20日(水)、12月4日(水)

時間：18時30分～19時30分

場所：スポーツセンター

対象：運動制限を受けていない一般成人

参加費：無料

締切：随時募集

持物：上履き、必要に応じて飲み物等

「しりうちビーチマラニック2019」のご案内

ビーチを走り、各ポイントでスタンプを押すスタンブマラソンで、秋を満喫しましょう。

日時：10月16日(水) 14時30分～

場所：知内高校裏ビーチ

対象：運動制限を受けていない幼児・児童

参加費：無料

申込：別紙申込用紙にてスポーツセンターまで

締切：10月11日(金)

協力：知内町スポーツ少年団本部



「ノルディックウォーキング潮風ヨガツアー」のご案内

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潮風ヨガツアー」を開催いたします。今回のツアーは、矢越山荘で横山朝覧氏の絵画展を鑑賞し、自然の中で簡単なヨガを楽しみます。皆様のお申込お待ちしております。

日時：10月19日(土) 9時00分～

場所：イカリカイ公園集合

コース：イカリカイ公園から矢越山荘の往復3km

対象：運動制限を受けていない幼児から一般成人。

幼児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18日(金)

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等をご持参ください。

雨天中止とし、朝9時に現地判断します。

「令和元年度町民体力自慢大会」のご案内

毎年恒例の町民体力テストを開催します。今年は総合 A 評価とシャトルラン上位を表彰します。スピード・クイックネス・パワー自慢大募集。

日時：10月21日（月）18時30分～

場所：スポーツセンターアリーナ

対象：運動制限を受けていない一般成人

参加費：無料

締切：10月18日（金）

共催：知内町スポーツ推進委員会



「第37回町民ソフトバレーボール大会」のご案内

毎年恒例大人気のソフトバレーボール大会を開催します。皆様のお申込お待ちしております。

日時：11月11日（月）・12日（火）18時30分～

場所：スポーツセンターアリーナ

対象：運動制限を受けていない一般成人

参加費：1チーム 1,000円

締切：10月28日（月）



青少年スポーツの推進「スポーツリーダーキャンプ」

8月31日（土）・9月1日（日）の2日間、スポーツ少年団本部主催によるスポーツリーダーキャンプを、スポーツセンターとイカリカイ公園で行いました。

キャンプ1日目は、コミュニケーション能力とリーダーシップを向上させるレスキューやペーパータワー等の各種ゲームを行い、その潜在能力に刺激を与えました。2日目は、町外の見学25名と小谷石地区にて磯遊びや焼きそばづくりを通し、コミュニケーション能力に磨きをかけました。



成人スポーツの推進・スポーツ交流の実践「第39回町民ソフトボール大会」

8月26日（月）から9月2日（月）にかけ、しおさい野球場にて、令和初となる第39回町民ソフトボール大会を開催しました。

大会には、全13チーム約200名の選手が参加し、12本の柵越えホームランが飛び出すなど、熱戦と交流を深めました。

優勝：続・二代目手塚組

準優勝：寄せ集め

