

2019
November

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

幼児スポーツの推進 「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：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

持物：上履き、飲み物等



成人・高齢者スポーツの推進 「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：11月12日(火)、11月26日(火)
12月10日(火)、12月24日(火)

時間：18時30分～19時30分

場所：中央公民館講堂

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、飲み物等

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

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：11月6日(水)、11月20日(水)
12月4日(水)、12月18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、飲み物等



スポーツ交流の実践 「第37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します。沢山の応援お願いいたします。

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

締切：募集は終了しました

「夏季スポーツ施設クローズ」のご案内

第一町民プール、第一町民グラウンド大型遊具、ファミリースポーツ広場キャンプ場、しおさい野球場、しおさいテニスコートは10月末でクローズさせていただきます。なお、パークゴルフ場は、11月10日をクローズ予定とさせていただきます。ご利用ありがとうございました。

青少年スポーツの推進 「スマイルスイミング」

6月19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は9月25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194名が参加し、学年や泳力に応じて、水慣れクラス、けのびキッククラス、泳法習得クラス、泳法習得Aクラスの4クラスに分かれて開催し、参加児童それぞれが目標を達成するとともに、泳力の向上を図ることができました。



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、認知症予防やレクリエーションの場でも活用されるシナプソロジー運動を取り入れ、水泳だけではなく脳の活性化と町民交流によるリフレッシュな一時をお過ごしいただきました。

スポーツ交流の実践 「町民バドミントン大会2019」

残暑和らぐ9月30日。スポーツセンターで町民バドミントン大会を開催しました。大会は、男子15チーム、女子12チームの合計27チーム54名が参加し、各部において熱戦が繰り広げられました。

男子1部	優勝：和田・松本	準優勝：西山・西村
男子2部	優勝：東出・櫻井	準優勝：成田・榎谷
女子1部	優勝：村上・松崎	準優勝：西山・岡田
女子2部	優勝：羽澤・林	準優勝：村上・滝谷



幼児・青少年スポーツの推進 「しりうちビーチマラニック2019」



秋晴れの10月16日。知内高等学校裏の海岸で、幼少年を対象とした、しりうちビーチマラニックを開催しました。

幼少年の各種スポーツ体験と海岸を走ることを目的に行ったマラニックは、5か所のポイントで金色のステッカーを受け取り、走りながら金メダルを作り上げるという遊びを取り入れたマラソンで、参加した58名の幼少年は全員完走しました。