

2020  
February

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

## 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：2月12日（水）、2月26日（水）

3月11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



## 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：2月18日（火）、3月3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



## 幼児・青少年スポーツの推進 「第3回ちびっこ雪まつり」のご案内

冬期間の体力向上、各種体験活動の推進を目的に「ちびっこ雪まつり」を開催します。まつりでは、ミニスキーチャレンジや各種ソリすべりの他、スノーボードチャレンジ、ピステン乗車体験等を予定しております。皆様のご参加お待ちしております。



日時：2月29日（土）11時30分～13時00分

場所：知内町営スキー場

対象：町内外の幼児・児童

内容：ミニスキーチャレンジ、竹スキーチャレンジ  
各種ソリ・スノーチューブすべり  
スノーボードチャレンジ、ピステン乗車体験

主催：教育委員会社会教育課スポーツ振興係

協力：知内スキー少年団



## 成人スポーツの推進 「 InBody 測定と体幹トレーニング 」のご案内

医学の視点から運動や分子栄養学の相談の他、機材による測定と体幹トレーニングの体験を行います。  
人数に限りがございます。お申し込みはお早めに。

日 時：2月28日（金）18時30分～

場 所：スポーツセンター柔剣道場

対 象：運動制限を受けていない一般成人10名程度

参加費：一人 2,000円

締 切：2月25日（火）

持 物：上履き、飲み物、マット等



## 「 第30回知内町体育協会長杯争奪ソフトバレーボール大会 」のご案内



第30回知内町体育協会長杯争奪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：3月2日（月）・3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：2月17日（月）

## 幼児スポーツの推進 「 親子 de 運動あそび 」

9月2日から12月2日までの間、計7回「親子de運動あそび」をスポーツセンターで行いました。

リズム、バランス、スピード、アジリティ、クイックネスを向上させるメニューには、家庭で簡単に楽しめるようにティッシュや新聞紙、ペットボトル等を使用したあそび体験の他、鉄棒やマット運動、跳び箱の導入、トランポリンやスラックライン、バルシューレ等のあそびを交え、親子で楽しく活動することができました。



## スポーツ関係委員の積極的な活動 「 知内町功労者表彰 」 受賞



本町では、町民の生涯スポーツ活動を活性化するための推進体制として、スポーツ施設運営委員による各施設の修繕や運営に係る様々な活動を行っております。

この度、令和元年度知内町顕彰条例に基づく功労表彰において、知内町スポーツ施設運営委員長の手塚稔委員長（前浜在住）が、町内の各スポーツ施設運営や修繕に係る指導助言の他、スポーツ推進計画等の各種策定に尽力し、15年以上その職に在職したとして、功労者表彰を受賞されました。