

**2021  
March**

「しりうちニュースポーツスタイル10ヶ条」で、運動やスポーツを安全・安心に楽しもう

# 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、佐藤、森廣  
問合せ：スポーツセンター  
電話：5-6856

## 「親子 de スポーツ英会話」

幼児の運動能力・語学能力の向上を図りましょう。  
日程：3月1日（月）、15日（月）  
時間：17時30分～18時00分  
場所：スポーツセンター幼児室・アリーナ  
内容：幼児期に体験させたい運動と英語あそび  
対象：幼児（3歳児年少～5歳児年長）とその保護者  
参加費：無料（最小催行人数3組）  
申込：参加日の前日まで電話申込  
持物：上履き、飲み物、タオル等  
その他：マスク等着用

## 「簡単ボクサビクス」

ボクシングの練習メニューで運動を楽しみましょう。  
日程：3月2日（火）、16日（火）  
時間：18時30分～19時30分  
場所：中央公民館講堂  
内容：ボクシングの練習メニューで有酸素運動  
対象：運動制限を受けていない成人・高齢者  
参加費：無料  
申込：随時募集  
持物：上履き、飲み物、タオル等  
その他：マスク等着用

## 「バランスコーディネーション」

簡単な柔軟や関節ほぐしで、筋力や骨格のバランス、自律神経バランスを整え機能の改善を図りましょう。  
日程：3月10日（水）  
時間：18時30分～19時30分  
場所：中央公民館1階和室  
内容：身体の歪みを整えるストレッチ等  
対象：運動制限を受けていない成人・高齢者  
参加費：無料  
申込：随時募集  
持物：飲み物、タオル等  
その他：マスク等着用

## 「バレトンエクササイズ」

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：3月24日（水）  
時間：18時30分～19時30分  
場所：中央公民館1階和室  
内容：バレエの運動を活用したエクササイズ  
対象：運動制限を受けていない成人・高齢者  
参加費：無料  
申込：随時募集  
持物：飲み物、タオル等  
その他：マスク等着用

## 幼児・青少年スポーツの推進 「ちびっこ雪まつり」のご案内

延期となっていたちびっこ雪まつりを開催します。  
日程：3月6日（土）  
時間：12時00分～13時00分  
場所：町営スキー場  
内容：スノーボード、スノースクート、ミニスキー  
ミニカービングスキー、各種ソリあそび

対象：幼児、児童  
その他：悪天候やコロナ感染症の影響により中止の場合は会場入り口に掲示します。各自ご確認いただくか、スポーツセンターへお問合せ下さい。

注意：当日は、保護者の付き添いが必要です。また、接触事故等防止のため、保護者による安全管理をお願いします。  
スキー等の取り付けは保護者でお願いします。スキー靴での参加はできません。スノーブーツや長靴等で参加してください。  
マスクもしくは、ネックウォーマー等着用で参加してください。  
万が一、事故が発生した場合、主催者は応急処置等行いますが事故等の責任は一切負いません。各自傷害保険等に加入願います。



## 町民ゆるスポリンピック 「 第4回世界ピンポンラリー選手権大会 」 のご案内

過去最高記録の950回を超えるのはあなただ。

日 程：3月8日（月）～19日（金）

時 間：スポーツセンター開館時間内

場 所：スポーツセンターロビー特設会場

内 容：卓球道具を使用したピンポンラリーゲーム

対 象：運動制限を受けていない全町民

参加費：無料

申 込：随時募集

持 物：上履き、卓球道具等

その他：卓球道具貸し出しあり



## 「 第30回知内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回記念大会を制するのはどのチームだ。

日 時：3月22日（月）18時00分～

場 所：スポーツセンター

対 象：運動制限を受けていない18歳以上の町民

参加費：無料

種 目：男子の部、女子の部

方 法：ラリーポイント制21点3セットマッチ

申 込：別紙申込用紙にて3月15日（月）までスポーツセンターへ申込

## 青少年・成人スポーツの推進 「 町民バドミントン大会 」

このほど、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。全11チーム22名が参加した大会は、女性の活躍が大変目立ち、笑いの絶えない盛り上がりを見せました。

【女子1部】 優勝 荒木・永田 準優勝 斎藤・仁礼

【男子2部】 優勝 山田・安田 準優勝 玉森・加藤

【女子2部】 優勝 三浦・山田 準優勝 上野・横山



## 青少年運動体験推進事業 「 パラスポーツを見よう・学ぼう・感じよう 」

2月5日（金）、町営スキー場と湯ノ里小学校で、今別町議会の田中哲也議員による、スキー交流とスポーツ講話を行いました。

講師の田中議員は、1998年ソルトレークパラリンピック、2002年長野パラリンピックにアルペンスキー競技で参加したほか、自転車レースやゴルフの世界選手権に参加するなど、片足のアスリートとして、様々なスポーツで活躍しました。

午前中は、町営スキー場で、知内小学校5年生のスキー授業に加わり、片足スキーのデモンストレーションの他、技術的なアドバイスをするなど交流を図り、午後の湯ノ里小学校では、パラリンピックの体験談やバイク事故で片足を失いつつも、諦めないで取り組むことの大切さと夢の実現について講話し、全児童とパラスポーツのシッティングバレー交流を図りました。

