

# しゃかいたいいく 社会体育だより

【発行】豊富町教育委員会社会体育係  
TEL:0162-82-1355 FAX:0162-82-3194  
Mail:kyouikuiinkai@town.toyotomi.hokkaido.jp

2024

1

月号

## 1月の社会体育施設休館日

定期休館日(毎週月曜) 8・15・22・29日

### 1月の社会体育行事カレンダー

とよみスポーツCLUB(会場:ふらっと★きた)

クラス名	日付	時間	定員
レディースヨガ (女性限定・託児付き)	15・29日	9:30~11:00	25名
キッズエクササイズ	18・25日	15:30~16:30	25名
リズムボクシング	24日	19:00~20:00	20名
男の運動教室 (男性限定)	26日	19:00~20:00	20名

★当日参加可能(とよみスポーツCLUB初参加の場合は予約が必要です)

★レディースヨガで託児希望の方は前週水曜日までにお申込みください。

※予約先:豊富町保健センター ☎82-3761



とよみスポーツCLUB  
楽しくチャレンジ!

## キッズエクササイズ

運動遊びやトレーニングを経験して様々なスポーツに繋がるからだの基礎づくり・動きづくりをコーチと一緒に楽しみながら行います!



1月	18日(木)	25日(木)	
2月	1日(木)	15日(木)	29日(木)
3月	7日(木)	14日(木)	29日(金)

※1月~3月は実施日によって曜日が異なりますのでご注意ください

【時間】 15:30~16:30(受付15:00~)  
【担当】 なんばコーチ(健康運動指導士)  
【対象】 町内在住の小学生  
【場所】 定住支援センター(多目的ホール)  
【持ち物】 飲み物、動きやすい服装  
【申込】 当日参加可能(先着順:25名)



※初参加の場合は、事前に予約のうえ、参加当日に保護者記入の申込書を持参ください。

<予約先> 豊富町保健センター☎82-3761/<問合せ> 豊富町教育委員会☎82-1355

### 「雪道で転ばない!転んでもケガをしない教室」

を開催しました!

12/10(日)に豊富町教育委員会主催・豊富町柔道連盟共催で「雪道で転ばない!転んでもケガをしない教室」を開催し、計13名の方々にご参加いただきました!

前半は豊富町教育委員会 健康運動指導士 難波による雪道の上手な歩き方やバランストレーニング、後半は柔道連盟の笹岡氏と柔道少年団の皆さんより受け身のコツを教えていただきました。

また、柔道少年団の皆さんには受け身のデモンストレーションを披露していただきました。



○体育施設電話番号

・スポーツセンター 82-2659  
・プール 82-2675

◇裏面は「社会教育だより」です◇

・多目的運動場 82-3168



「豊富町公式LINEアカウント」

\*町からのお知らせを掲載しておりますので、ぜひ登録をお願いします。

