



vol.65
2013.3.31号

SPORTS LIFE HADANO

スポーツライフはだの



CONTENTS

公益財団法人取得	2
スポーツ教室予定	2・3・4
イベント報告	4・5・6・7
スポーツ施設紹介	8



ホームページ URL
<http://www.hadano-sports.com/>

再生紙を使用しています

公益財団法人スタート!!



このたび秦野市スポーツ振興財団は、神奈川県知事から公益財団法人の認定を受け、平成25年4月1日に「公益財団法人秦野市スポーツ振興財団」へ移行し、新たな一歩を踏み出すこととなりました。

本財団は、これまでも市民が生涯にわたってスポーツに親しむことができるようスポーツの普及振興に努め、市民の健康増進などを図ってまいりました。

今後は、より一層の公益事業を充実させ、スポーツがより多くの市民の生活に溶け込み、スポーツを楽しみながら健康で明るく潤いのある豊かな暮らしができるよう努め、活力ある地域社会の形成に寄与してまいります。

なにとぞ、皆様方の一層のご指導ご支援を賜りますよう、今後ともよろしく申し上げます。

公益財団法人 秦野市スポーツ振興財団理事長 落 信久

..... 4月からのスポーツ教室予定

総合体育館

申込・問合せ

(公財)秦野市スポーツ振興財団

☎ 0463-84-3376

当日受付 オープン教室 (電話・メール予約不可、先着順)

教室名	曜日	時間	日程	対象	定員	参加費
らくらくエアロビクス	月	9:30~11:00	4/1・8・22 5/13・27 6/3・10・24	一般	70名	¥400
走るエアロビクス	月	19:30~21:00	4/1・8・19(金)・22 5/13・22(水)・27 6/3・10・19(水)・24			
歩くエアロビクス	火	9:30~11:00	4/2・9・16・23・30 5/7・14・21・28 6/4・11・18・25			
健康体操教室	水	13:30~15:00	4/3・10・17・24 5/1・8・15・22・29 6/5・12・19・26			
歩くエアロビクス	木	19:30~21:00	4/3(水)・11・18・25 5/2・9・16・23・30 6/6・13・20・27			
走るエアロビクス	金	9:30~11:00	4/12・19・26 5/10・17・24・31 6/7・14・21・28			
らくらくエアロビクス	土	9:30~11:00	4/13・20・27 5/4 6/22・29			
		11:30~13:00	5/11・18・25 6/1・8・15			
中級エアロビクス	土	11:30~13:00	4/13・20・27 5/4・6/22・29			
ホリデーフィットネス	月	9:30~11:00	4/29(月) 5/3(金) 5/6(月)			
		13:30~15:00				

☆らくらくエアロビクス⇒ 初心者の方や気軽にエアロビクスを楽しみたい方向けのクラス

★歩くエアロビクス⇒ 基礎的なステップをしっかりと動く初級者用エアロビクス。少し慣れてきた方向けのクラス

☆走るエアロビクス⇒ 中級レベルの歩くエアロビクスと基本的な走るエアロビクスのクラス。エアロビクスにある程度慣れてきて、体力をアップさせたい方向け

★中級エアロビクス⇒ 様々なステップを組み合わせたエアロビクスにかなり慣れている方向けのクラス

☆健康体操教室⇒ どなたでも気軽に出来るリズム体操や体幹運動のクラス



イメージ

◆ 秦野市総合体育館におけるスポーツ教室・大会運営 ◆

- ・エアロビクス . . . 初級、中級、上級、ステップ
- ・健康体操 . . . 肩こり腰痛解消、ウォーキング等
- ・児童体操 . . . 親子ピクス、器械体操等
- ・スポーツ大会開催 . . . インディアカ大会等
- ・その他スポーツ指導、運営

東京・神奈川に7店舗 フィットネスクラブ「エスフォルタ」を運営しております。

 住友不動産エスフォルタ株式会社

4月からのスポーツ教室予定

ホームページにて、メールでの教室参加の申込み・抽選結果の発表を見ることができます。

- ★開催日程等を変更する場合があります。詳細は、(公財) 秦野市スポーツ振興財団までお問い合わせください。
- ★先着順で受け付ける教室と定員を超えた場合、抽選となる教室があります。

一括抽選受付教室

教室名	曜日	時間	日程	対象	定員	参加費	申込期間
こどもスポーツ体験	木	17:30~18:30	5/9・16・23・30 6/6・13・20・27 7/4・11	小学3~6年生	30名	¥4,000	4/8~14
こども体操教室	土	15:00~17:00	5/11・18・25 6/1・8・15・22・29	年長~小学2年生	30名	¥3,000	4/22~28
親子ピクス(3歳)	土	9:45~10:45	5/11・18・25 6/1・8・15	3歳児と その保護者	15組	¥1,500	4/22~28
親子ピクス(4・5歳)	火	15:30~16:30	5/14・21・28 6/4・11・18	4・5歳児と その保護者			
初心者テニス	火	10:00~11:30	5/14・21・28 6/4・11	一般	16人	¥2,500	4/17~23
初心者弓道教室	火	15:00~17:00	6/4・11・18・25	一般	20人	¥2,500	5/17~25
	土	13:00~15:00	6/8・15・22・29				

☆子どもスポーツ体験⇒小学生を対象に、様々なスポーツを行う。種目は、スポーツチャンバラ・タグラグビー。
 ★子ども体操教室⇒幼児を対象に、マット・跳び箱・鉄棒を行う。
 ☆初心者弓道⇒一般を対象とした、弓道を体験する教室。
 ★初心者テニス(ピギナー)⇒テニスに興味のある初心者を対象とした教室。

先着順受付教室

教室名	曜日	時間	日程	定員	参加費	申込期間
障がい児・者親子 スポーツ教室	毎月 第2金曜	17:30~19:30	5/10 6/14 7/12 8/9 9/13 10/11 11/8 12/13 1/17 2/7 3/7	10名	¥1,000	4/8~30

☆障がい児・者親子スポーツ教室⇒小学校4年生以上の知的障がい児・者とその保護者を対象とした運動教室。

サンライフ鶴巻

申込・問合せ サンライフ鶴巻 ☎ 0463-78-2330

※お申し込みは、サンライフ鶴巻へ電話は来館となります。

教室名	曜日	時間	日程	対象	定員	参加費	申込期間
ヨガ教室	月	9:30~10:30	5/6・13 6/3・10・24 7/1・8・22	一般	50名	¥3,000	4/10 13:00~4/29

Japan Beverage
うるおいと喜びを。
<http://www.jbinc.co.jp>

ジャパンビバレッジは、北海道から沖縄まで全国各地に事業所をもつ自動販売機オペレーターとして、うるおいと喜びをお届けしています。

..... 4月からのスポーツ教室予定

おおね公園温水プール 申込・問合せ (公財)秦野市スポーツ振興財団 ☎ 0463-84-3376

教室名	曜日	時間	日程	対象	定員	参加費	申込期間	抽選日	支払期間
キッズスイミング	火	16:50~17:50	5/7・14・21・28 6/4・11・18・25 7/2・9	小学生	40名	¥6,000	4/17~23	4/24	おおね 4/26・27 体育館 4/28~30 8:30~17:00
初級者アクアフィットネス	水	10:50~11:50	5/8・15・22・29 6/5・12・19・26	一般	50名	¥4,500			
アクアグローブ	木	13:50~14:50	5/9・16・23・30 6/6・13・20・27			¥6,800			
スイミング	金	10:50~11:50	5/10・17・24・31 6/7・14・21・28 7/5・12・19・26	一般	40名	¥4,500			
アクアフィットネス	金	19:30~20:30	5/10・17・24・31 6/7・14・21・28						
サタデースイミング	土	18:50~19:50	5/11・18・25 6/1・8・15・22・29	一般	50名				
ファミリースイミング	日	16:50~17:50	5/12・19・26 6/2・9・16・23・30						

☆スイミング⇒参加者の泳力に合わせた個人指導を行います。4泳法(クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ)を指導します。
 ★初心者アクアフィットネス⇒ウォーキングやストレッチなど簡単なエクササイズから徐々に運動強度をあげていく。運動に慣れていない初心者向けの教室。
 ☆アクアグローブ⇒アクアピクスやアクアグローブを用いたエクササイズを行う。運動強度が高めとなっている為、運動に慣れている方向けの教室。
 ★キッズスイミング⇒ケノビやバタ足以上が出来る子どもを対象とした水泳教室。
 ※顔が水につけられない&水に浮くことが出来ない子の参加は不可となります。
 ☆アクアフィットネス(夜)⇒夜間に教室参加を希望する方を対象に、アクアウォーキングやアクアピクスを実施。
 ★サタデースイミング⇒エクササイズとスイムを合わせたフィットネス教室。
 ☆ファミリースイミング⇒保護者と子どもでプール遊びを楽しむ教室。
 ★ファミリースイミングの対象は、3歳以上の未就学児とその保護者

スポーツ・レクリエーションフェスティバル

お知らせ!

6月23日(日)、スポーツ・レクリエーションフェスティバルを開催します。

種目は、チームで20キロを走るリレーマラソン、日ごろの練習の成果を披露する体操フェスティバル、ニュースポーツを体験するコーナーなど、たくさんのスポーツとレクリエーションを予定しています。参加費は無料なので、ご家族・友人をお誘いの上、お越しください!詳細は、6月以降の広報はだのをご覧ください。

※リレーマラソンについては事前申込が必要になります。









**カラダに
しあわせ**

■ 商品のお申込み・お問合せ
 電話: **0463-61-8960**
小田原ヤクルト販売株式会社

楽しかった少年少女スケート教室

富士急ハイランド内スケートリンク

12月26日（水）に「少年少女スケート教室」を開催しました。当日は天候にも恵まれ素晴らしい晴れ模様の中、バス3台（120名）で富士急ハイランドへ向かいました。

スケート教室がスタートすると、13名の指導者の下で基礎から丁寧な指導を受け、午後にはほぼ全員が1人で滑れる様に上達しました。大きな事故もなく無事に教室も終了し、子ども達も大満足の笑顔でした。

25年度も実施しますので、楽しみに待っててください。



はだのっ子駅伝

秦野市中央運動公園

2月17日（日）秦野市中央運動公園内にて市内小学生を対象とした、はだのっ子駅伝交流会を開催しました。

当日は見事な青空が広がり、最高の天候の中レースを行うことができました。寒い季節という事もあり、風邪などの影響も心配されましたが、子ども達は元気に白熱したレースを展開してくれました。交流会終了後、恒例のすいとんの無料配布もにぎわっていました。なお、すいとん作りには、はだの野菜ソムリエ倶楽部の皆さま、参加賞のお菓子は不二家さま、テレビ放送はJ：COMさまからご協力をいただきました。



街でいちばん身近な



中栄信用金庫

秦野市元町1番7号
<http://www.shinkin.co.jp/chuel/>
TEL：0463-81-1850（代表）

ス ポ ー ツ ラ イ フ 健 康 増 進 事 業

あなたの体はスポーツをしても大丈夫！？

～自分の体の状態を知って健康運動しましょう～

〈一部〉スポーツドクター講演

2月16日（土）、安部整形外科院長の安部先生に、健康で長生きするための運動について講演をしていただきました。

ロコモティブシンドローム(加齢や生活習慣が原因で足腰の機能が衰える自己チェック、予防のための運動など、家庭で簡単に出来る運動や、様々な症状における最適な運動種目なども教えていただきました。



〈二部〉楽しいノルディックウォーキング体験会



ノルディックウォーキング体験会では、天候にも恵まれ、野外で体験をすることができました。皆さん熱心に耳を傾けていました。

体験終了後も歩行方法の質問が絶えることがなく、参加者の方の関心度が高いことを感じました。最近ではテレビでも特集が組まれているそうです。興味のある方は、挑戦してみてください。



寝たきり高齢者をゼロにするための運動と栄養

～加齢に伴う筋減弱症とスポーツ活動について～

3月16日（土）、東海大学体育学部生涯スポーツ学科准教授、町田修一先生をむかえ、「寝たきり高齢者をゼロにするための運動と栄養」について講演会を開催しました。

サルコペニア（筋肉減弱症）とは、加齢に伴い認められる筋肉量および筋力の低下のことを言います。筋肉量・筋力の低下によって転倒する確率が高くなり、怪我をきっかけに寝たきりになってしまいます。転倒予防のために、筋肉をつけることが必要になってきます。その筋肉を作るための、運動・栄養・休養のバランスが重要であり、運動のポイントや強度の加え方、筋肉を作る食事のタイミングなどを教えていただきました。



講演中、終始質問が絶えず、参加者の皆さんの関心度の高さを伺うことが出来ました。

講演中、終始質問が絶えず、参加者の皆さんの関心度の高さを伺うことが出来ました。



世界が、混ざり合う。

Blend is Beautiful.

指導者育成講習会

キッズサッカー選手の指導者を目指そう！

～楽しさを伝えるサッカー指導～



2月23日(土)、元プロサッカー選手で現在、青山学院大サッカー部の指導を行っています福永泰さんに講演をしていただきました。

前半は、自身のサッカー人生や指導者育成について、カテゴリー別の指導内容などを講演、後半は実技を交えた実践的な内容で、参加者の方々も、交流を深めていました。



スポーツ活動を安全に楽しく行おう！

～スポーツ活動を安全に行う為の基礎知識～



3月2日(土)、キッズスポーツトレーナーズアカデミー代表の村田一恵さんに講演をしていただきました。

内容は、日頃のスポーツ活動における緊急時の対応やRICE処置の基本、救急箱に揃えておきたい中身など、スポーツ活動を行う上での基礎知識についてお話をしていただきました。



スポーツ交歓会 3月3・5日

～気軽にゲームを楽しもう!! (卓球・テニス)～

市内等の施設を利用し、スポーツを楽しんでいる方を対象に、親睦を深めるため、試合形式によるスポーツ交歓会を開催しました。

卓球もテニスも、熱戦を繰り広げていました。日頃の練習の成果や、同じ競技を楽しむ仲間たちとの交流を持つことができ、活気溢れる交歓会となりました。



卓球

テニス



ここだけの笑顔アイス!

seventeen ice

Glico

グlicoセブンティーンアイス

アンケート

アンケートありがとうございました

24年度の各種スポーツ教室に参加いただき、ありがとうございました。本財団では、スポーツ教室の終了後、参加された皆さまにアンケートのご協力をお願いしてきました。

25年度はアンケートに寄せられたご意見を参考に、新しい教室の開催や、時間帯の変更などを取り入れ、今後も皆さまが参加しやすい教室づくりを目指していきます。

今後とも、よろしくお願いいたします。

スポーツ施設紹介

総合体育館

定休日／第3月曜日(祝日は翌日)

〒257-0015 秦野市平沢101-1

☎ 0463-84-3333

主な施設

メインアリーナ、サブアリーナ
第1・2武道場、弓道場
トレーニングルーム

中央運動公園

定休日／なし

〒257-0015 秦野市平沢148

☎ 0463-82-1324

主な施設

陸上競技場、野球場
テニスコート10面、屋外プール
こども公園

おおね公園

定休日／第3月曜日

〒257-0007 秦野市鶴巻940

☎ 0463-77-7888

主な施設

25mプール、トレーニングジム
テニスコート4面、多目的広場
こども公園

サンライフ鶴巻

定休日／第3月曜日(祝日は翌日)

〒257-0007 秦野市鶴巻1768-1

☎ 0463-78-2330

主な施設

体育室、トレーニングジム
会議室

立野緑地庭球場

定休日／なし

〒257-0013 秦野市南が丘1-2-1

☎ 0463-82-5023

主な施設

テニスコート3面

中野健康センター

定休日／毎週火曜日

〒257-0005 秦野市上大槻190

☎ 0463-82-7596

主な施設

多目室、トレーニングジム
会議室

編集後記

24年度、最後の発行となりました。分かりやすい冊子作りを心がけていましたが、いかがでしたか？
4月1日から公益財団法人となり、一層の市民のための教育事業等の充実を図っていきます。今後とも、よろしく申し上げます。

編集・発行／(財)秦野市スポーツ振興財団 〒257-0015 秦野市平沢 101-1 TEL 0463-84-3376

スポーツ見るならJ:COMで!

|| J SPORTS 1-4
|| GAORA
|| スカイ・A sports+

その他スポーツチャンネル放送中!



ZAQのキャラクター「ざっくろ」

お申し込みは
Web手続きでカンタン!

jcom

検索



0120-989-989

AM9:00~PM9:00
[年中無休]

*発信番号を非通知に設定されている場合は、はじめに「186」をつけてお電話ください。電話番号をお間違いのないようご注意ください。

▲ご住所や建物によってはご利用いただけない場合がありますので、あらかじめご了承ください。*記載内容は一部を除き2012年5月末現在のものです。*記載されている会社名および製品名・サービス名は、各社の登録商標または商標です。一部申請中のものを含みます。