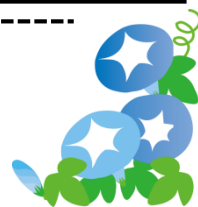




いよいよ、夏本番がやってきました!



暑い環境で生じる様々な健康障害を指す、熱中症。屋外だけでなく室内やプールの中でも(!)起こりえます。運動中やその前後はもちろん、日ごろから水分や塩分、ミネラルなどを十分補給して、睡眠や休養もしっかりとりながら元気に夏をお過ごしください。



北広島町元気づくり推進事業



元気で長生きできる体を作り、気心の知れたみんなと体操をすることで地域の絆を強くすることを目的に平成25年9月にスタートした、北広島町元気づくり推進事業。千代田運動公園で行う2つの拠点コースのほか、各地区の集会所などで行うコースもあります。どなたでも自分のペースでできる簡単な体操なので、お気軽にご参加ください。

楽しむ拠点コース

日時：毎週月曜 9:30~11:30 (祝日は休み)
 場所：千代田運動公園・体育館
 内容：元気づくり体操、ウォーキング、球技などの軽いスポーツ
 参加料：100円
 持参物：動きやすい服装、タオル、うわばき、飲み物



水の拠点コース

日時：月1回金曜日 14:00~15:00
 8/7 (10:30~11:30)、9/25、10/23、11/27、12/25、1/29、2/12、3/25
 場所：温水プール Sui Sui
 内容：水中ウォーキング
 参加料：100円
 持参物：水着、スイミングキャップ、飲み物、タオル



にこやか集会所コース

どんぐり財団のコーディネーターがうかがってみなさんと一緒に元気づくり体験をします。地区の方(成人以上の方)ならどなたでもご参加いただけます。

本郷地区…本郷会館 (火)(木) 9:30~11:00
 東町・新宮地区…高峰会館 (火)(木) 9:30~11:00
 保余原地区…保余原会館 (火)(木) 14:00~15:30

参加料：無料
 持参物：動きやすい服装、タオル、飲み物



元気リーダーコース

地元の「元気リーダー」さんが中心となって、地域住民のみなさんで体操を行なっていきます。

川戸地区…川戸加工センター (水)(金)9:30~11:00
 本地地区…本地総合センター (火)(木)9:30~11:00
 蔵迫地区…蔵迫公民館 (火)(木)14:00~15:30
 南方地区…南方総合センター (火)(木)13:30~15:00
 有間地区…八重西老人集会所 (火)(木)8:30~10:00
 川井地区…川井会館 (火)(木)9:30~11:00

参加料：地区によって異なります。各会場へ直接お越しください。
 持参物：動きやすい服装、タオル、飲み物



がんばれ、中学生!



どんぐり財団は「地域振興を住民のみなさまと共に考え、育て、支えていく」というミッションのもと、地元中学校とも連携して活動し、がんばっている中学生を応援しています。皆さんも一緒に応援しましょう!

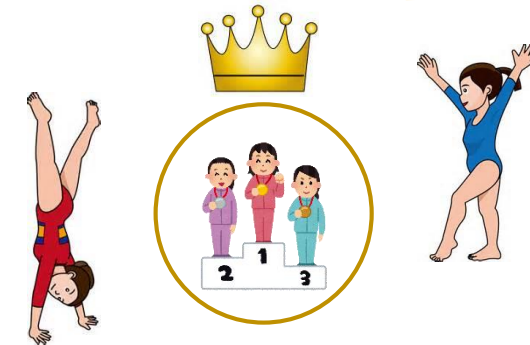
フー、フー!

梅尾梨々花さん

7月5日(日)に行われた広島県中学校体操競技選手権大会で



個人総合 4位 (50.10)
 種目別 跳馬 2位 (13.10)
 ゆか 2位 (12.70)



という素晴らしい成績をおさめ、8月7日から3日間にわたり島根県浜田市で開催される「第49回中国中学生体操競技選手権大会」に出場することになりました。大会では団体3種目(跳馬・平均台・ゆか)と個人4種目(跳馬・段違い平行棒・平均台・ゆか)を行い、団体総合・個人総合・種目別の各選手権で競います。良い成績が残せるといいですね!

千代田中学校サッカー部の皆さん



7月11日から行われている第47回広島県中学校サッカー選手権大会・決勝トーナメントに出場している千代田中学校サッカー部は、1回戦で尾道市立因島南中学校を6-1、2回戦では広島県立大塚中学校を5-3でそれぞれ降し、見事、勝ち進みました。18日(土)に竹ヶ端運動公園陸上競技場(福山市)で行われる準決勝戦では広島市立城南中学校と対戦します。がんばれ、千代田中イレブン!!



ふぁいと!!

おわびと訂正

Sui Sui ステーション Vol.008 (7月号) の千代田総合型地域スポーツクラブ設立プレスクール・スイミングジュニア教室を紹介した記事のうち、問合せ・申込先の記載が抜けてしまいました。関係者の皆さまには大変ご迷惑をおかけいたしました。申し訳ありません。プレスクールの問合せ・申込は「千代田公民館 (72-2249)」までお願いします。

facebook

どんぐり財団では、みなさまへの情報発信にFacebookを活用しております。イベント情報やちょっとした発見などを日々更新しております。Facebook上で「一般財団法人どんぐり財団」と検索してみてください。みなさまのいいね! ♡をお待ちしております(*^^)v

編集部より一言

昨年10月にオープンしたSuiSuiが迎える、初めての夏です。皆さまに快適かつ安全にご利用いただけるよう、日ごろから工夫・努力をしておりますが、ゆきとどかないところもあるかもしれません。お気づきのことがありましたら、ぜひ教えてください。