



### カラダもココロも元気な冬を過ごしましょう！

まもなく12月。早いもので、今年も残り少なくなってきましたね。新ワイン、新そば、クリスマス、そしてお正月…楽しく美味しいものがめじろ押しのお季節です。体はもちろん心の栄養のためにも、我慢はしたくないですね。ならば、摂取した分は運動して燃やしましょう！！元気に冬を楽しんで下さい♪



### 千代田中学校陸上部、駅伝で大活躍！！

10月24日、山県郡の8校から男女合わせて229名が参加した第51回近郡市中学校新庄駅伝大会では、千代田中学校が見事アベック優勝。男子は6区中3区、女子は5区すべてで区間賞を獲得する圧勝で、中国中学校《男子第76回・女子第25回》駅伝競走大会の出場権を得ました。

そして、11月15日に東広島市・アクアパーク（東広島運動公園）陸上競技場で開催された中国駅伝大会では女子が55チーム中7位、男子は57チーム中9位と入賞し、目標に掲げていた「10位以内」をともにクリア。日頃の練習の成果を存分に発揮し、陸上部初のアベック入賞という快挙を達成した千代田中学校のみなさん、おめでとうございます！！

なお、同大会では芸北中学校が男子21位、豊平中学校が女子37位に入るなど、町内の中学生ランナーたちがそれぞれ健闘を見せてくれました。みなさん、お疲れさまでした！



女子

- 1区(3.0km)：潮 亜美さん 11分19秒
- 2区(2.3km)：塚本 美波さん 7分49秒
- 3区(1.8km)：鈴木 梨緒菜さん 6分29秒
- 4区(2.3km)：管沢 舞さん 8分26秒
- 5区(2.8km)：行田 陽梨さん 10分35秒



男子

- 1区(3.0km)：見川 壮太くん 9分59秒
- 2区(3.0km)：西田 悠太郎くん 9分23秒
- 3区(2.7km)：水川 裕斗くん 9分14秒
- 4区(3.0km)：太良坊 航くん 10分25秒
- 5区(2.9km)：立川 幹太くん 8分51秒
- 6区(3.0km)：細居拓弥くん 10分38秒

### 強いぞ どんぐり北広島ソフトテニスクラブ！！

第22回全日本クラブソフトテニス選手権大会が、10月31日～11月1日までの2日間にわたり、千葉県白子町で開催されました。どんぐり北広島としては初出場となるこの大会で、堂々の初優勝を飾りました。おめでとうございます！



また、10月23日～25日第70回天皇賜杯・皇后賜杯全日本ソフトテニス選手権大会が滋賀県長浜市で開催されました。富田真愛選手・小林美咲選手ペアがベスト8の好成績を収められました。みなさん、お疲れ様でした。

### 北澤豪スポーツ講演会

北広島町のみなさんへの少し早いクリスマスプレゼント！元サッカー日本代表、あの北澤さんが北広島町へやってくる！！

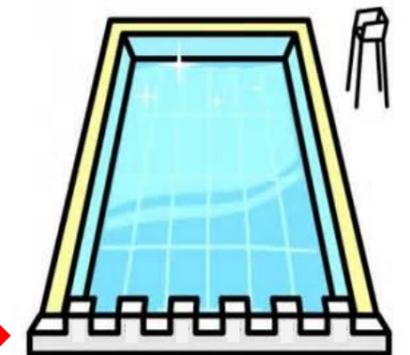


日時：12月21日（月）18時半～  
 会場：アザレア千代田  
 対象：北広島町民又は町内勤務の方（100名）  
 申込：お電話にてお申し込みください  
 ☎ 0826-84-1414  
 主催：一般財団法人どんぐり財団  
 協力：千代田総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会

### 寒い冬こそ、常夏のプールへ！！

#### 【必要なもの】

- ①水着 ②スイミングキャップ ③タオルや飲み物など
- ※水着はどのようなタイプのものでかまいません。
- ※Tシャツなど、水着以外のものを着用してプールおよびプールサイドへ入ることはできません。
- （SuiSui で販売している、専用Tシャツのみ着用可能です）
- 更衣室には鍵がかかるロッカーもあります。



\*こんなコースサインがあります\*

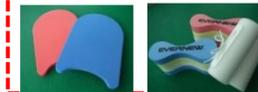


25m程度またはそれ以下泳げる初級者コース

25m以上泳げる中上級者コース

#### 【ご利用の手順】

- ①受付脇の券売機でチケットを購入  
 （大人400円、3歳～高校生・75才以上・要介護要支援200円）
- ②受付で、名前と緊急連絡先、入場時間を記入  
 （利用時間の制限はありません）
- ③更衣室で着替えたら、奥の扉から洗体シャワーを通過してプールへ  
 ※3歳以下のお子様、また3歳以上でもトイレが自立していない場合はご利用いただけません。
- ※タオルで体を十分に拭いてから更衣室へお戻りください。
- （タオルは、更衣室出口すぐの棚に置いておいてください）



自由にお使いいただける補助用具もあります♪

自由に泳いだり歩いたり遊んだりしていただけますが、ウォーキングやスイミングの教室も行っていきます。詳しくは、受付にてお問い合わせください。チラシやスケジュール表等もごさいます。

### 営業時間変更および臨時休業のお知らせ

12月から2月まで、温水プール SuiSui（プール・トレーニング室）は冬季営業となるため、開館時間が下記の通りとなります。

月曜～土曜 13:00～21:00（木曜休館）

日曜・祝日 10:00～17:00

千代田運動公園は、野球場・多目的広場・少年サッカー場・テニスコートは12～2月まで使用中止となります。総合体育館は、通常通り営業しております。どうぞご利用ください。



また、温水プールは12月1～9日、トレーニング室は12月4日に設備点検・改修のため臨時休業いたします。ご不便をおかけしますが、ご了承のほどお願い申し上げます。詳しくは、SuiSui 受付にてカレンダーをお配りしているのので、そちらでご確認ください。

### 訂正とおわび

前号（SuiSui ステーション11月号）「第40回千代田グラウンド・ゴルフ大会」で、第2位柳坪敬子さんが写真左、第3位寺敷みよ子さんが写真右と表記しましたが、左右が逆でした。訂正し、お詫び申し上げます。

# 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いきます。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

今年は暖冬との予報ですが、冷え込んだり雪が降ったりすると、屋外での運動はしづらくなりますね…。そんなときこそ全天候型のSuiSuiへぜひお越しください！温水プールもトレーニング室も、天気や外気温に関わらず快適にご利用いただけます♪お待ちしております(^-^)/