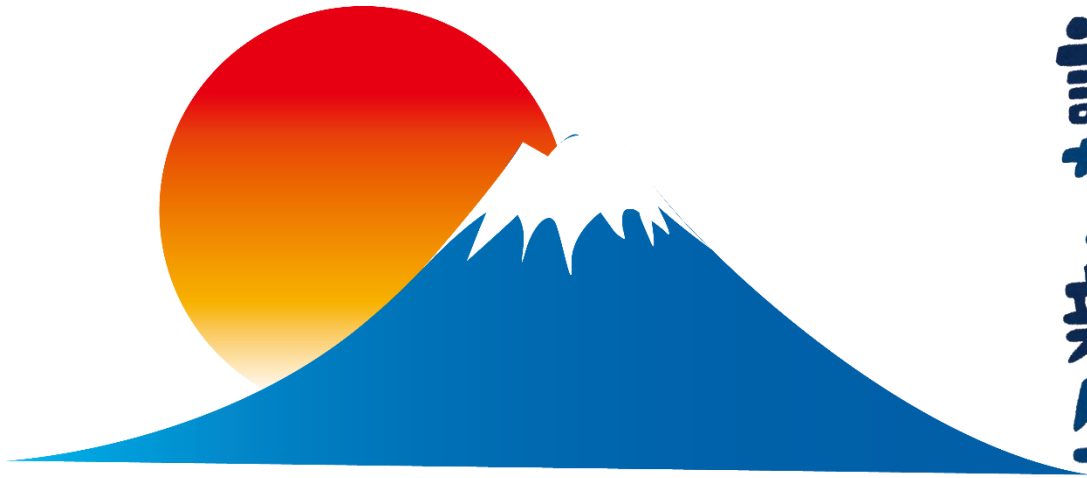


ふれあいニュース

謹賀新年



新年のご挨拶



新年あけましておめでとうございます。多くの皆様のご利用、ご協力により元号も改まり令和となった最初の新春を厳かに迎えることができました。

今年には東京2020パラリンピック競技大会開催年であり、本館においても関連

事業の開催を予定しておりますので、皆様のご利用を職員一同お待ちしております。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

群馬県立ふれあいスポーツプラザ
館長 大澤 秀之
職員 一同

群馬県民の日記念事業

第28回ふれあい祭・ふれあい陸上競技交流会



～ご参加ありがとうございました～



10月27日(日)ふれあい祭・陸上競技交流会を開催いたしました。みさと子ども園の子どもたちによる和太鼓の演奏や、ダンスサークルLove Power Soulの迫力あるダンスの披露、障害児音楽サークル青い鳥による豊かな合唱、出店販売や、パラスポーツ体験等様々な催し物を開催し、近隣の方々やプラザ利用者の方々に楽しんでいただきました。一年に一度のイベントに、今後も沢山の方に来館していただけるよう楽しい企画を考えてまいります。



冬はインフルエンザや感染性胃腸炎（ノロウイルス）に気を付けましょう。

3つの咳エチケット 電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう



①マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

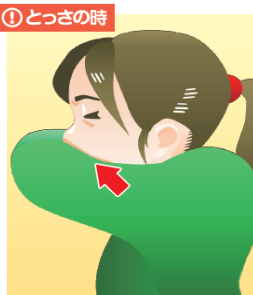
鼻から頭までを覆い、隙間がないようにつけましょう。



①マスクがない時

②ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

ティッシュ:使ったらすぐにゴミ箱に捨てましょう。
ハンカチ:使ったらなるべく早く洗きましょう。



①とっさの時

③袖で口・鼻を覆う

マスクやティッシュ・ハンカチが使えない時は、袖や上着の内側で口・鼻を覆いましょう。

こまめに手を洗うことでも病原体が拡がらないようにすることができます。

出典：厚生労働省HP 感染症情報 > その他の感染症 > 咳エチケット > リーフレット
<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10900000-Kenkoukyoku/0000189346.pdf>より抜粋。



咳の速度は、一説に
時速200km～400kmと
言われています。



ジェット機級の
速さだね！！



東京2020パラリンピック競技大会開催まで、あと8ヶ月！！ ★パラリンピック種目紹介コーナー★



♥ポッチャ♥



ジャックボールと呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけられるかを競うスポーツです。



ポッチャ交流会の様子



♥車いすテニス♥

2バウンドまでの返球が認められている以外はテニスと同じルールで行われます。

令和2年（2020年）

1月						
月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2月						
月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	

3月						
月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

は休館日です



1月～3月
休館日カレンダー

群馬県立ふれあいスポーツプラザ

〒379-2214
群馬県伊勢崎市下触町238-3
TEL: 0270-62-9000
FAX: 0270-62-8867

編集後記

新年あけましておめでとうございます。年末年始は美味しい物を食べる機会が増えるかと思えます。食べ過ぎた分は体を動かして、健康な体づくりを心がけましょう☆
担当：篠原・新井（朋）

