



ふれあいニュース

開館累計人数(9月末現在) 2,431,368人

☆☆☆群馬県民の日記念事業 第25回 ふれあい祭 ☆☆☆



10月16日(日) 9時30分～15時

☆9:15より受付を行います☆



◎障害者スポーツ体験：ポッチャ・ゴールボール・スラローム・車椅子テニス

◎抽選会・ビンゴゲーム・販売など

◎先着600名飲料品配布



☆タイムテーブル☆

9:30~9:35	和太鼓演奏	12:00~12:25	器楽演奏
9:35~9:45	開会式	12:30~12:55	キッズアダンス
9:45~10:10	和太鼓演奏	13:00~13:25	ウクレレ演奏
10:15~10:40	マジック	13:30~13:55	吹奏楽演奏
10:45~11:10	創作ダンス	14:00~14:55	ビンゴゲーム
11:15~11:55	・リレマラソンタイム預けクイズ ・抽選会	14:55~15:00	閉会式

楽しい内容が盛りだくさん♪

皆様のご来館をお待ちしております☆



☆ 昨 年 の 様 子 ☆



参加者募集

第24回ふれあい卓球大会

日 程：12月4日(日)

種 目：●硬球の部(男女シングル)

- ・39歳以下
- ・40歳以上60歳未満
- ・60歳代 ・70歳以上
- ・車椅子使用者(男女混合)

●ラージボールの部
(男女ペアダブルス)

申込締切：11月12日(土)

☆今年も多くの参加者をお待ちしております。



長距離水泳記録会

日 程：11月3日(木・祝)

種 目：自由形…200m/400m/800m/1500m

背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ…200m

個人メドレー…400m

時間泳(歩)…10分/20分/30分



障害者スポーツ体験会！

日 時：12月10日(土) 午後1時～午後3時

内 容：ポッチャ・ゴールボール

会 場：伊勢崎第二市民体育館

☆パラリンピックの種目にもなっている競技にチャレンジ！



お知らせ

水泳ワンポイントレッスン

☆☆☆☆初心者大歓迎☆☆☆☆

泳力や水中運動におけるつまづきを改善する
アドバイスをいたします。

10月6日(木)・14日(木)・20日(木)・27日(木)

11月4日(金)・10日(木)・17日(木)・24日(木)

★内容：水中運動や個別レッスンなど

時間：午後3時10分～午後4時50分

受付：開始30分前からプールサイドにて



★各回の内容は、総合受付またはプールにてお問い合わせください。



☆☆クリスマスイベント☆☆

日時：12月18日(日) 午前9時30～

内容：ステージ発表や抽選会等



アーチェリー場利用認定会

10月9日・11月13日・12月11日(日)

時間：午後1時30分～(受付：午後1時～)

対象：・プラザアーチェリー場利用認定証保持者
・直近数年以内に1年以上のアーチェリー競技経験者
・プラザアーチェリー場利用認定合格後、3ヶ月以降の方(上の級は除く)

アーチェリー場利用安全講習会

10月30日(日)

時間：午後3時30分～午後4時30分

対象：プラザアーチェリー場利用認定証保持者

※プラザアーチェリー場を利用するためには、当館アーチェリー場利用認定証及び安全講習会受講証が必要です。詳細はお問い合わせ下さい。



GGチャンピオン大会予選会

10月26日・11月16日(水)

【午前の部】対象：高齢者・一般(障害者) 受付：午前9時～午前10時30分

【午後の部】対象：障害者(高齢者・一般) 受付：午後1時～午後2時30分



GGチャンピオン大会：12月18日(日)



☆ふれあいランチコンサート出場者・団体大募集☆

日頃、演奏や声楽等を練習している方々に発表の機会を設けるとともに、ふれあいスポーツプラザ利用者の皆様に音楽や文化の素晴らしさをお伝えすることを目的とします。

時間：プラザ開館日の12時～12時20分の間

申込締切：出演希望日の1ヶ月前まで



先日開催したランチ
コンサートの様子です。

各事業の詳細は当館ホームページに載っている開催要項をご覧ください☆

総合受付前書架においても、配布しております。



7月・8月・9月に実施した事業



吹き出しは参加者の感想や意見を集約したものです☆

ふれあいランチコンサート

『レクダンスみさと』の皆さまによるダンスの発表を行いました。懐かしい曲に合わせ、優雅に踊る姿を手拍子をしながら楽しそうに鑑賞していました。



楽しい時間を過ごせました！

健康講座

『腰痛予防のポイント』

群馬医療福祉大学より講師をお招きし、開催しました。実技では自宅でも簡単にできるストレッチ等の指導もあり、参加者の熱心に学ぶ様子が見られました。



腰痛の改善について学ぶことができました。自宅でも続けたいと思います。

体力測定②

参加者の中には、プログラマーからその場で簡単な運動のアドバイスを受け実践している方も見られました。初めて参加された方も自身の状態を知ることができたので、今後の生活に役立てていただきたいと思います。



自身の体力を知るきっかけになるので、毎回開催を楽しみにしています。

第25回

群馬ふれあいアーチェリー大会

9月3日(土)、4日(日)の2日間にわたり開催しました。天候にも恵まれ、皆力を出し切りました。

9月3日(土)

リカーブ/10m

優勝：林 榮治さん
第3位：関口遼香さん

準優勝：関口久夫さん

リカーブ/30mダブル

優勝：細野定仲さん
第3位：西村光美さん

準優勝：大塚康司さん

コンパウンド/30mダブル

優勝：荒木克彦さん
第3位：吉岡 洋さん

準優勝：田名綱崇さん

9月4日(日)

リカーブ/50m・30m

優勝：藤生 隆さん
第3位：飯塚智宏さん

準優勝：細野定仲さん

コンパウンド/50m・30m

優勝：佐畑 誠さん
リカーブ/18mダブル

優勝：有間恒雄さん

準優勝：高橋栄一さん

コンパウンド/18mダブル

優勝：川嶋麻男さん



グリーン作戦

グラウンドや芝生内の雑草が目立ちはじめたので、草むしりを中心に行いました。多くの方のご協力をいただき、あっという間にきれいになりました。いつもクリーン作戦にご協力いただき、感謝申し上げます。



いつも利用させてもらっているのですが、綺麗にするお手伝いできて嬉しいです。

第33回県民スポーツ祭 群馬県障害者スポーツ大会 2016

9月18日(日) 卓球競技 ※陸上競技(身体障害の部)と軽スポーツ競技は雨天のため中止となりました。



9月25日(日) 陸上競技(知的障害の部)・アーチェリー競技(身体障害の部)・水泳競技



10月2日(日)には、バスケットボール競技(知的障害の部)・フライングディスク競技が行われます。

【全国大会】希望郷いわて大会 10月22日(土)～10月24日(月)

選手の皆さん、日頃の練習の成果を発揮して、頑張ってください！



10月・11月・12月フラザカレンダー

10月						
日	月	火	水	木	金	土
						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					

11月						
日	月	火	水	木	金	土
		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			

12月						
日	月	火	水	木	金	土
				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

◆ピンク色は休館日です。

◆10月16日…ふれあい祭 / 12月4日…卓球大会 / 12月18日…クリスマスイベント

※黄色はイベント開催日です。開館時間が変更となることがあります。詳細はお問い合わせください。

◆主催事業・共催事業・団体の予約等により施設の利用制限があります。ご注意ください。



9月末で退職した職員



皆様の笑顔と励ましに支えられ、楽しく勤務させていただきました。大変ありがとうございました。感謝とともに、皆様のご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。 加藤 正子

体育室床整備工事について

10月18日(火)～11月中旬にかけて体育室床面の整備工事を行うこととなりました。皆様にはご不便ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。



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

URL: <http://www.sunfield.ne.jp/~fureai>

編集後記

猛暑の夏が過ぎ、過ごしやすい気候となりました。食欲の秋・スポーツの秋・読書の秋…皆さんはどんな秋を過ごしますか？
フラザでスポーツに挑戦することもオススメです！！

金谷・篠原