

2018

冬号 平成30年1月6日発行



ふれあいニュース



開館累計人数（H29年12月末現在）2,556,731人



新年のごあいさつ



新年あけましておめでとうございます。

群馬県立ふれあいスポーツプラザも多くの皆様のご利用、ご協力により新たな年を迎えることができました。

ご利用の皆様には昨年末よりの屋外施設の改修工事によりご不便をおかけし大変申し訳ありませんが、年度末には完工し新年度からは装いも新たにご利用いただける予定ですのでご期待いただき、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



参加者募集中！



体力測定③



日時：1月14日（日）9時30分～12時

内容：握力・棒反応・開眼片足立ち
柔軟性・バランス能力テスト
体前屈・体組成・肺機能検査

会場：体育室

参加対象：どなたでも参加できます

申込：当日会場にて申込み

☆室内用運動靴が必要です



水泳記録会



日時：2月25日（日）8時30分～16時

会場：プール

参加対象：①水泳をしても差し支えない健康状態の方
（健常者は小学1年生以上）

②25mにつき3分以内で泳げる方

申込締切：1月21日（日）

申込制限：1人2種目まで

（リレー種目は1種目としない）

☆参加者全員に記録証を授与します

健康講座「膝の痛みと運動」

日時：1月25日（木）

13時15分～15時

内容：講義・実技

会場：体育室

参加対象：①膝の痛みがある方

②ひざの痛みと運動について学びたい方

定員：30名

申込締切：1月18日（木）



各事業の詳細につきましては
開催要項をご覧ください。

開催要項は当館のホームページ
でもご覧いただくことができます。





お知らせ



水泳ワンポイントレッスン

！！初心者大歓迎！！

★1月12日、19日、25日

☆2月2日、9日、16日、23日

★3月2日、9日、16日、23日



時間：15時10分～16時50分

内容：水中運動・個別レッスン等

会場：プール

申込：当日会場にて申込み
(開始30分前より)



軽スポーツ体験

～一緒に楽しく身体を動かしましょう～

★1月20日(土)

13時～ ハンドサッカー

14時～ 卓球バレー



☆2月10日(土)

13時～ シャフルボード

14時～ ボックスホッケー



会場：体育室

* 当日会場にて申込み可能(途中参加OK)
室内用運動靴が必要です

11月・12月に実施した事業



卓球大会 結果

吹き出しは参加者の感想や
声を集約したものです☆

＜39歳以下＞

男子 優勝：石原 啓聖
女子 優勝：尾池 佳美

準優勝：津久井 高司
準優勝：菊池 朝琵

第3位：小橋川 清史
第3位：義山 美海

＜40歳以上
60歳未満＞

男子 優勝：久場 次郎
女子 優勝：門田 美和

準優勝：吉田 優
準優勝：高橋 かおり

第3位：多賀谷 孝治
第3位：阪本 朋美

＜60歳代＞

男子 優勝：安藤 貢
女子 優勝：酒井 榮子

準優勝：薄 和人
準優勝：小暮 君代

第3位：今井 洋志
第3位：村上 節子

＜70歳以上＞

男子 優勝：藤生 幹雄
女子 優勝：阿部 洋子

準優勝：大阪 昭雄
準優勝：阿部 美智子

第3位：横沢 祐
第3位：大島 貞子

＜車椅子使用者
(男女混合)＞

優勝：張替 明

準優勝：細野 定仲

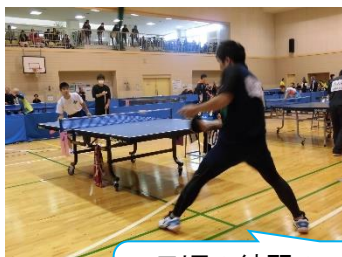
第3位：大沼 均

＜ラージボールの部
男女ペア・ダブルス＞

優勝：大角 泉
矢島 守

準優勝：関根 喜代司
島田 照代

第3位：①石田 祐輔
岩澤 きよ子
②横堀 實
武永 芳恵



日頃の練習の
成果が出せた！



楽しくプレイ
できて良かった！



年齢に負けずに
頑張りたい！



初級水泳教室

9月より開催しました初級水泳教室ですが、参加者の皆さんそれぞれが課題を持ち、目標に向かって一生懸命練習を行いました。級一覧表をもとに泳力にあった練習を行う事で参加者自身が泳ぎの変化を感じることができました。

泳ぎの楽しさを感じていただきながら、今後も練習を継続していただきたいと思います。



教えていただける機会があまりないので楽しみにしています♪



将棋大会

対局の多いなか集中力を切らず、指し手の予想や決め手の一手を探してどの対局も熱戦を繰り広げていました。参加者同士の親睦・交流のできた大会でした。



1位：中澤 俊雄

「楽しい将棋を指すことができました。」

2位：小林 啓一

「多くの方と新しい出会いができました。」

3位：細野 定伸

「大会は久々でしたが、入賞できてよかったです。」



ポッチャ交流会

今回、新たにポッチャ交流会を開催しました。試合が始まるとどこも接戦で歓喜の声や、くやしき混じりの悲鳴が体育室に響きわたり、大いに盛り上がりました。参加者からは「楽しかったのでまた参加したい!」という声を多数いただきました。



優勝：特定非営利活動法人 HOME

「楽しく参加できました。チームで団結できたことが結果に繋がったと思います。」

準優勝：プラザ混成Aチーム

「楽しかったです。また次回も参加したいと思いました。」

第3位：ホープガーデン前橋

「今回初めての出場でしたが、このメンバーで出場することができて良かったです。」

皆で楽しみながらプレーすることができました。また機会があったら出場したいです。」



クリスマスイベント

クリスマスイベントの一環として、万華鏡作りを行いました。筒や銀紙など準備されたパーツを組み立て、ビーズ等を利用しオブジェクト（中身）を選び、個性的な作品ができあがりました。参加者は笑顔で持ち帰りました。

綺麗にできました!



軽スポーツ体験

今回の軽スポーツ体験ではスカットボーイとディスゲッターを行いました。最初は遠くまで投げるのが難しそうでしたが練習を重ねるごとに少しずつ距離を伸ばしていけるようになりました。体験の後半ではゲームを行い、高得点が出ると相手チームからも歓声があがり、とても盛り上がりました。

とても楽しかったです!





ドバイ2017 アジアユースパラ



当館の選手育成事業「アスリート教室」より3名の選手が出場しました。結果は以下の通りです。

水 泳

由井 真緒里



100m自由形 (S6) 1:35.99 6位
100m平泳ぎ (SB5) 2:19.85 銅メダル
400m自由形 (S6) 6:57.41 銅メダル

3種目に出場して、2種目で銅メダルをとることができました。1種目は納得のいく結果が出なかったのが悔しかったです。

大島 茄巳琉



100m自由形 (S10) 1:14.95 8位
100m平泳ぎ (SB9) 1:4.43 4位
100m背泳ぎ (S10) 1:23.43 6位

全種目ベストを更新することができて良かったです。しかし、メダルを取れていないので、4年後にメダルを獲得したいです。

陸 上

反町 公紀



100m (T37) 14.29 銅メダル
200m (T37) 29.03 銅メダル

アジアユースパラという大きな大会でメダルを獲得できたことは嬉しかったです。しかしタイム的には自己ベストに及ばず悔しい思いが残りました。この経験をバネにし、来シーズンに向けてしっかりトレーニングをし来シーズンには自己ベストを更新さらにはインドネシアで行われるアジアパラへの出場権を獲得したいと思います。

屋外施設改修工事を行っています

11月よりテニスコート、アーチェリー場、グラウンドの改修工事を行っております。皆様にはご不便、ご迷惑をおかけしております。ご理解、ご協力をお願いいたします。



公式の陸上競技場に生まれ変わります☆



テニスコートには照明が設置されます☆



スポーツ紹介

ボッチャ

室内で行う人気のスポーツで、パラリンピックの正式種目です。目標球に赤・青ボールをいかに近づけるかを競います。個人でもチームでもできます。未経験の方でも車椅子の方でも始めやすいです。

しばらく屋外が使用できませんので、ぜひこの機会にボッチャを体験してみたいはかがですか？奥が深いスポーツです☆



当館 1月・2月・3月カレンダー

1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			



2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			



3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

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>

☆ご来館お待ちしております☆



◆ピンクの網掛けは休館日です。

◆事業・団体の予約等により施設の利用制限があります。

編集後記



寒さも本格的になりましたね。「冷えは万病の元」ですので適度に体を動かし、身体を中から温めて健康に過ごしましょう。

佐藤