

県営体育館報

第49号

令和4年4月11日

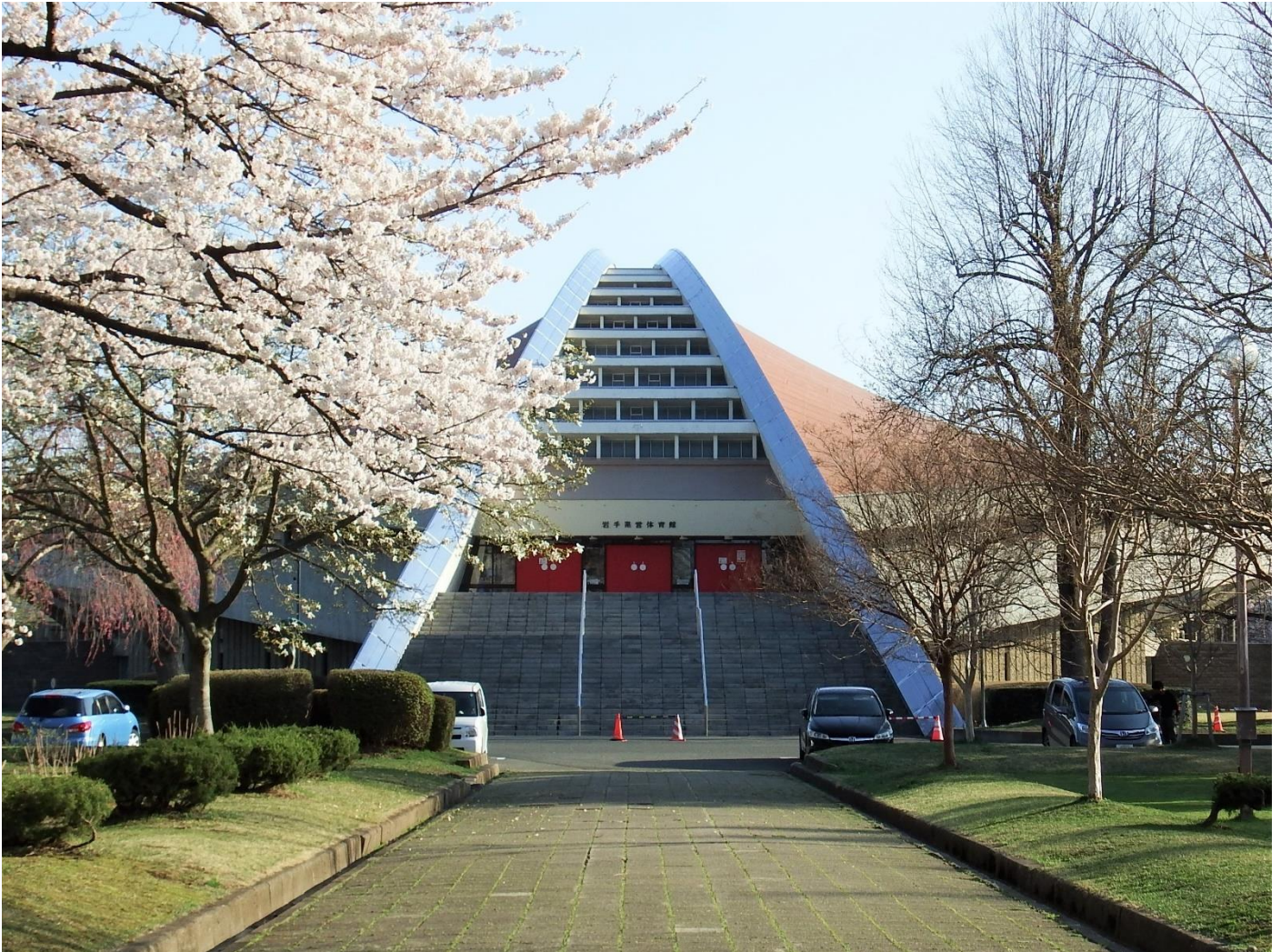
(公財)岩手県スポーツ振興事業団

岩手県営体育館 発行

TEL: 019-647-1010

FAX: 019-647-1011

<https://iwate-sposhin.jp/taiku/>



新年度が始まりました！

木々の色が徐々に鮮やかな緑に変わり始め、日中の気温の暖かさに春の訪れを感じますね！

さて、春といえば、皆様は何を思い浮かべますか？私はすぐに「桜」が思い浮かびます。

ご利用されている方はご存じの方もいらっしゃると思いますが、当体育館の周りには、向かいの公園を含めてたくさんの桜が植えられており、満開時には素晴らしい景色が見られます。北口の階段上からは桜を見下ろすことができ、見上げて見る桜とはまた違う景色を見ることもできます。

上の写真は、以前桜が満開の時期に撮影した写真になりますが、今年はどんな景色が見られるのでしょうか。今から楽しみです。

これからますます暖かくなっていくと思いますので、冬の運動不足解消にお散歩をしながら桜を見にいらしてはいかがでしょうか？

* 親子ランニング教室 *



ラダーを使用したトレーニング



この教室は、速く走る方法を学ぶ教室ではなく、筋肉の曲げ伸ばしで動く体の動かし方や筋肉のほぐし方などの”走る”ことに必要な動作を学び、走る面白さや心地よさを知って親子で体を動かすきっかけになればと開催してる教室となっております。

陸上競技を専門に、各地で教室を開催している『カケッコーズ』の代表、阿部丈二先生を講師に、補助員としてカケッコーズの現役メンバーと共にストレッチの仕方やラダーを使用したトレーニングなど、基本的な体の動かし方を学びました。その後は、横向きや後ろ向きなどの普段は行わないような走り方や、座った状態から手を使わずに立って走り出すなど、様々な“走る”を親子で一緒に行いました。

今年は新型コロナウイルスの関係でご参加くださった家族は例年に比べ少なくなりましたが、「コロナ禍で体を動かす機会がなかったので参加できて良かった！」とご感想をいただき大変嬉しく思います。

ご参加いただいた皆様には、新型コロナウイルス感染拡大防止対策にご理解とご協力をいただきまして、誠にありがとうございました！



親子でストレッチ

令和4年度イベントのご案内

スポ振ぶらんちクラブ1期

ぶらんちタイム（10時～12時）の空いた時間にちょこっと運動しませんか？

県営体育館、県営運動公園、県営武道館の3施設で、5月～8月の間、下表のプログラムを行います。どのプログラムも当日受付が可能で、1回400円でお気軽にご参加いただけます！

ぶらんちクラブ1期は、どのプログラムも全8回の開催を予定しております。開催日等の詳細は、県営体育館（TEL：019-647-1010）、または県営武道館（TEL：019-641-4577）までお問い合わせください。

当体育館で開催するプログラム（木曜日の開催）に参加する際は、室内用シューズの持参をお願いします！

プログラム	曜日	時間	会場
ノルディックウォーキング	月	10:00～11:30	県営運動公園
体幹トレーニング	火	10:00～10:50	県営武道館 大道場
エアロビック	火	11:00～11:50	
太極拳	木	10:00～10:50	県営体育館
ステップエクササイズ	木	11:00～11:50	
ボディシェイプエクササイズ	金	10:00～10:50	県営武道館 柔道場
ヨガ	金	11:00～11:50	

スポーツしNight！

18時30分～20時30分の2時間、当日受付でどなたでも1人300円で体育館アリーナ内にあるお好きなスポーツ用具を使ってスポーツし放題！

ラケットやボール等は貸出をしておりますので、室内用シューズをご持参の上、お友だちやご家族と一緒に、体を動かしに来ませんか？

開催日	遊べる種目
令和4年5月～令和5年2月までの第2火曜日 (毎月1回開催)	バドミントン・ソフトバレー・卓球・バスケットボール・ ディスクゲッター9等

初心者向けキッズ教室

当体育館では、毎年小学生を対象とした初心者向けの教室を開催しております。

今年度は次の5つの教室を予定しております。ぜひ、ご参加ください！

教室名	開催日	内容
キッズトランポリン教室	5月9日、16日、23日、30日、 6月6日（月曜日の全5回開催）	岩手県体操協会の指導者による、競技用トランポリンを使用した小学1～6年生が対象の教室
キッズハンドボール教室	10月8日（土）開催	岩手県ハンドボール協会の指導者による、小学1～4年生が対象の教室
キッズヒップホップ教室	10月12日・19日、26日、11月 2日、9日（水曜日の全5回開催）	専門のインストラクターによる、小学1～6年生を対象とした教室
キッズバドミントン教室	11月3日（木・祝）開催	盛岡市バドミントン協会の指導者による、小学1～4年生を対象とした教室
親子ランニング教室	令和5年2月4日（土）開催	陸上競技指導者による、小学1～6年生とその親を対象とした走り方教室

県営体育館の4月～7月の主な行事予定表

(令和4年4月1日現在)

月	日	種目	大会名
4	16	ハンドボール	第74回盛岡市民体育大会 ハンドボール競技
	23～24	体操・新体操	第74回盛岡市民体育大会 体操競技・新体操
	27～29	バドミントン	第74回盛岡市民体育大会 バドミントン競技【高校の部】
	30～5/1	ハンドボール	第12回ちやぐちやぐカップ交流大会(中学生)
5	3	バドミントン	第74回盛岡市民体育大会 バドミントン競技【一般の部】
	4	バドミントン	第3回盛岡市ジュニア強化交流大会
	5	バドミントン	第74回盛岡市民体育大会 バドミントン競技【中学生の部】
	7	卓球	第74回盛岡市民体育大会 卓球競技【中学生の部】
	8	卓球	第74回盛岡市民体育大会 卓球競技【一般の部】
	13～15	バスケットボール	第77回岩手県一般バスケットボール選手権大会
	19～22	剣道	第74回岩手県高等学校総合体育大会 剣道競技
	27～29	体操・新体操	第74回岩手県民体育大会兼東北総体予選会兼高校総体 体操競技・新体操
6	4	フットサル	岩手県フットサルリーグ
	5	ドッジボール	第17回みちのくチャレンジドッジボール大会
	11	バウンドテニス	第40回岩手県バウンドテニス選手権大会
	12	バレーボール	第22回全国障害者スポーツ大会 精神障害者バレーボール競技 北海道・東北ブロック予選会
	18	バスケットボール	第54回盛岡市中学校総合体育大会 バスケットボール競技
	19～20	体操・新体操	第54回盛岡市中学校総合体育大会 体操競技・新体操
	25～26	車いすバスケットボール	第22回全国障害者スポーツ大会 車いすバスケットボール競技 北海道・東北ブロック予選会
	7	バレーボール	第75回岩手県民体育大会 バレーボール競技
7	2～3	バレーボール	第75回岩手県民体育大会 バレーボール競技
	9～10	バドミントン	第26回盛岡市小学生バドミントン大会
	16～18	体操・新体操	第69回岩手県中学校総合体育大会 体操競技・新体操
	23～30	体操	2022 東北ジュニア体操競技選手権大会
	31	スポーツウエルネス 吹矢	第12回スポーツウエルネス吹矢岩手県大会

※上表の行事は、新型コロナウイルス感染拡大防止等の理由で、開催中止・延期となる場合があります。ご了承ください。

* 体育館利用料の改定について *

4月からの電気料金が改定されました。
左表は1時間当たりの使用料になります。

電力量	料金	電力量	料金
20kw	440円	40kw	880円

* 休館日が毎週水曜日になりました *

冬季の間、毎月第1水曜日のみだった休館日が、4月から9月まで、大会の日を除いた毎週水曜日に変更になりました！