

令和4年度 体育館事業計画（予定）

(1) 各種教室

<フィットネス教室>

教室名	場所・時間	期間			対象 (町内在住)	定員
夜のフィットネス教室	第1体育館 トレーニング室 18:00～19:30	第1期 (5・6月)	第2期 (9月・10月)	第3期 (1月・2月)	誰でも可	15名
		5/12～ 6/30	9/1～ 10/20	1/12～ 3/9 (2/23 除く)		
		各期 毎週木曜日				
はじめての 筋トレ教室	第1体育館 トレーニング室 9:30～11:00	毎月第2水曜日 ※1人1回限り			トレーニング 器具を初めて 使用する方 および不慣れ な方	10名

<健康教室>

教室名	場所・時間	期間	対象 (町内在住)	定員
からだのびのび教室	第1体育館球技室 9:30～10:15	4/19～ 毎週火・金曜日 (但し7/8～8/30・ 12/23～1/6は休講)	誰でも可	各日 50名
いきいき教室	八千種研修センター 13:30～15:00	第2・第4火曜日		20名
にこにこスポーツ教室		第2・第4木曜日		15名
ポールウォーキング教室	町内各所 9:30～11:00	4/14～ 指定木曜日（年間30回）		50名

<自主運営クラブ>

クラブ名	場所・時間	期間	対象 (町内在住)	定員
健康ソフトバレーⅠ	第1体育館球技室 10:15～11:45	4/19～ 毎週火曜日	誰でも可	30名
健康ソフトバレーⅡ		4/22～ 毎週金曜日		30名

(2) 各種大会・行事

大会・行事名	実施日	場所	対象
マスターズ ソフトボール大会	4月10日(日) 予備日:17日(日)	第1グラウンド (辻川山公園グラウンド)	35歳以上9人合計360歳であること
町民親善グラウンド ゴルフ大会	5月7日(土) 予備日:14日(土)	さるびあドーム	誰でも可(6人でチームを編成)
山菜ハイキング	5月21日(土)	鉢伏高原	誰でも可(定員30名)
自治会親善 ソフトボール大会	8月17日(水)~ 5日間(雨天順延)	第1グラウンド (辻川山公園グラウンド)他	自治会単独でチームを構成
地域職域親善 ソフトボール大会	11月13日(日) 予備日:20日(日)	第1グラウンド (辻川山公園グラウンド)他	町内在住在勤者でチームを構成
子ども遊び フェスティバル!	1月21日(土)	第1体育館球技室	町内小学生以下及び保護者

(3) 各種講習会

講習会名	実施日	場所	内容
健康セミナー	6月中旬	第1体育館球技室	ニュースポーツ体験
	8月下旬	文化センター小ホール	健康体操・コグニサイズ
	11月下旬	第1体育館体育室	背骨コンディショニング
	3月上旬	第1体育館球技室	ニュースポーツ体験
ビギナーポール ウォーキング講習会	10月(4回)	町内各地	初心者向けポールウォーキング講習会

(4) 委託事業(めだかの学校事業)

行事名	実施日	場所	内容
カヌー教室	6月26日(日) 8月6日(土)	野外活動センター	カヌー講習会
ふれあいワンデー 生活塾	7月24日(日)	野外活動センター	町内小学1年~3年生と児童民生委員合同活動
アウトドア生活塾	7月31日(日)	野外活動センター	町内小学4年~6年生

(5) 体育協会事業

行事名	実施日	場所	内容
秋まつり健康事業 (体力測定)	秋まつり開催日	第1体育館卓球室	未定
グラウンドゴルフ 競技大会	秋まつり開催日前後	さるびあドーム	誰でも可

(6) 合同事業（保健センター・神戸医療未来大学）

教室名	内容
親子及び学童運動教室	町内の小学生を対象に、肥満防止をはじめ運動・食育事業