

# スポーツだより

町民総合体育館 〒028-3615 矢巾町大字南矢幅 13-118  
☎697-4646 FAX697-4907  
開館時間 午前8時30分～午後9時(祝日を除く月曜日休館)  
メール y-taikyou3@trad.ocn.ne.jp  
ホームページ http://yahaba.taikyou.net

町体育協会の各教室や行事、新着情報などの詳細はホームページ(QR)をご覧ください。



## ◆町屋外運動場夜間照明施設の利用

5月～10月の期間は町屋外運動場の夜間照明が利用できます。利用方法・使用料などのお問い合わせ、申し込みはNPO法人矢巾町体育協会まで。

●期間 5月1日(月)～10月31日(火)午後5時～午後9時

◆個人利用デーのお知らせ 4月の個人利用デーは4月9日(日)午後1時～午後4時です。

## ◆楽々クラブ矢巾の各種教室の参加者募集

新年度スタートです！健康づくりに楽々クラブ矢巾で身体を動かしませんか？楽々クラブ矢巾では、ヨガ、卓球の各教室を開催しますので、ぜひご参加ください。

### 楽々ヨガ教室

●対象・定員 一般20人

●期間 1期4月19日～5月24日 2期6月21日～7月19日 3期8月23日～9月27日 4期10月4日～11月8日 5期11月15日～12月13日 各期5回 全25回 いずれも水曜日 午後2時～午後3時

●内容 初めての方でも簡単なソフトヨガです。腹式呼吸を取り入れ身体を内側からゆっくりほぐし、心身ともにリラックスさせ身体を整えます。

●講師 桜田正美氏(メディカルヨガインストラクター)

●場所 町民総合体育館・柔道室

●参加料(各期) 会員1,500円 非会員2,500円 ※体験参加の方は1回600円

### 楽々卓球教室

●対象・定員 一般 20人

●期間 4月20日～令和6年3月21日 いずれも木曜日 全24回 午前10時～正午

●内容 基本的な知識・技術を習得する。

●講師 高橋謙太氏(公益財団法人日本スポーツ協会公認コーチ)

●場所 町民総合体育館

●参加料 会員6,000円 非会員・体験参加は1回500円

### 共通事項

●募集開始日 4月4日(火)

●申し込み・問い合わせ 楽々クラブ矢巾事務局(町民総合体育館2階 ☎611-2873)

※受付時間は毎週火～金曜日の午前9時～午後4時

令和5年度 **北上川上流 総合水防演習**

日時 令和5年 **5月21日(日)** 8:30～12:00 **入場無料**

会場 **岩手県一関市狐禅寺中島地先**  
(磐井川左岸1.2km付近)

主催 **北上川上流15市町**  
盛岡市、花巻市、北上市、遠野市、一関市、八幡平市、奥州市、滝沢市、  
栗石町、岩手町、紫波町、矢巾町、西和賀町、金ケ崎町、平泉町

岩手県 国土交通省東北地方整備局

※新型コロナウイルス感染症対策のため、広報紙に掲載済みの行事が延期・中止となる場合があります。また、行事に参加する場合はマスク着用や消毒など、感染症対策へご協力ください。