

(一社)飯塚市スポーツ協会広報 スポ協だより

スポーツ飯塚 爽健

第5号

〈発行〉(一社)飯塚市スポーツ協会
〈発行日〉令和3年7月15日



(一社)飯塚市スポーツ協会
代表理事 福田 良人

スポーツと健幸の未来を創る・爽健

本協会も令和元年度より、一般社団法人として新たにスタートし、おかげさまで3年目を迎えております。本年度の役員改選において引き続き、代表理事(会長)の職を拝命いたしました福田良人でございます。日ごろから本協会の諸事業に対しまして、多大なるご協力とご理解を賜り、心から感謝申し上げます。

また、ワクチン接種会場における利用の制限につきましても、ご理解をいただきワクチン接種もスムーズに進んでおります。併せて感謝申し上げます。

さて、本年度は緊急事態宣言の中、利用者の皆様に十分なコロナ対策をお願いし、各体育施設を開館してまいりました。お陰様で、無事に開館ができました。

私どもの事業につきましては、一部延期・中止にせざるを得ないものもあり、皆様には多大なるご心配、ご迷惑をおかけしておりますが、この難局を乗り切り、本協会では、今後も、夢をもって活動できる子どもたちの育成から高齢者の健康、生きがいづくりなど、市民の皆様がスポーツ活動に幅広く取り組めるよう当協会役員及び加盟競技団体とともに、横の広がり強化し、「スポーツと健幸の未来を創る・爽健」のスローガンのもと飯塚市のスポーツ振興・発展に努めてまいります。

今後とも変わらぬご支援、ご協力をお願いいたします。

【副理事長】 後藤 直巳・杉村 明 【理事】 土居 勝政・藤川 隆人・高木 俊巳・畠中 光市

令和3年度(一社)飯塚市スポーツ協会年間事業日程

第16回飯塚市民総合体育大会

8月22日(日)

※競技によっては別日程で行う場合がございます。

第64回福岡県民スポーツ大会(夏季大会:水泳競技)

8月22日(日)予定

第16回飯塚市長旗社会人軟式野球大会

9月5日(日)~毎週日曜日(予定)

第64回福岡県民スポーツ大会(秋季大会)

9月25日(土)・26日(日)

第16回年齢別ソフトボール大会

10月10日(日)(予備日10月17日(日))

第10回リバーサイドウォーキング大会

10月開催検討中

第7回飯塚市民グラウンドゴルフ大会

10月22日(金)(予備日10月29日(金))

第16回市民バレーボール大会

10月31日(日)

開催延期/調整中

- 第16回壮年体力増進ソフトボール大会
- 第16回壮年体力増進バレーボール大会

第15回飯塚市長杯ジュニア秋季球技交流大会 【ソフトボール・軟式野球】

11月13日(土)・14日(日)(予備日11月20日(土)・21日(日))

第8回市町村対抗【福岡駅伝】県民冬季

11月21日(日)

第16回市民ソフトバレーボール大会

11月28日(日)

第11回飯塚市長杯ジュニアサッカー大会

2月12日(土)・13日(日)

飯塚市あるこう大会健幸ウォーキング

3月開催検討中

※県内の感染者数の状況や開催が困難と判断した場合は、中止や延期になる場合がございます。
大会の情報は飯塚市スポーツ協会ホームページにてお知らせいたします。

(一社)飯塚市スポーツ協会

飯塚市枝国666番地11

問い合わせ先/TEL.0948-22-6799(飯塚第1体育館)

飯塚市スポーツ協会

検索

詳しい内容はホームページをご覧ください



新教室紹介

今年新たな教室を飯塚第2体育館で開講しました!!

コアコントロールピラティス教室・季節のヨガ教室ともに1回無料体験出来ます!! ご自身の健康を考える機会にご参加されてはどうか!! もちろん男性も参加お待ちしております!!



講師 安田 詩織(北九州スポーツ連絡会)

- 資格**
 - 日本ヨーガセラピストスクール 筋調整ヨガ認定ヨガインストラクター
 - Body Element System Japan認定ピラティストトレーナー
 - 健康運動実践指導者



コアコントロールピラティス教室

火曜日 13:00~14:00

筋肉や関節の動きをコントロールしながら、身体の動かし方、筋肉と骨の正しい位置を身体に覚えさせ、歪みの無い身体を作ります。腰痛にお悩みの方、姿勢を改善したい方におすすめです。

場 所:飯塚第2体育館
 日 程:7月6日・20日・27日
 8月3日・17日・31日
 9月7日・21日

参加者のコメント

- ・続けて参加したらポッコリお腹に効果ありそう
- ・参加してお通じよくなった
- ・股関節が柔らかくなった
- ・しゃがむ動作が出来るようになった

4,000円/計8回

季節のヨガ

火曜日 14:15~15:15

股関節を動かしてむくみ解消、筋力アップ代謝改善・冷え予防など、季節によって起こりやすい不調やお悩みの解消を目指します。全身をまんべんなく伸ばしたい、呼吸を深めてぐっすり眠りたい方におすすめです。

場 所:飯塚第2体育館
 日 程:7月6日・20日・27日
 8月3日・17日・31日
 9月7日・21日

参加者のコメント

- ・身体がほぐれて軽くなる
- ・意識して身体を動かすようになった
- ・早く受講すれば良かった
- ・日常生活が楽になった

4,000円/計8回



子どもスポーツ教室のご案内



剣道教室

礼に始まり礼に終わる、武道の精神、相手への敬意を示す心学び、剣道で成長しませんか!

日 程

7月24日(土)
 7月31日(土)
 8月7日(土)

3回

時 間 9時30分~11時30分

会 場 飯塚第2体育館・穂波武道館

申 込

7月20日(火)午前9時から



対 象

飯塚市在住の小・中学生

定 員 15名

参加料 300円

カヌー教室

初めての方大歓迎!!
カヌーと一緒にやってみよう!!

日 程

7月25日(日)

時 間

第1班 9:00~11:30(6名)

第2班 13:00~15:30(6名)

会 場

穂波市民プール

(B&G海洋センター内)

申 込

7月20日(火)午前9時から



対 象

飯塚市内在住の

小学3年生から6年生まで

参加料 300円

※子どもスポーツ教室は申込定員に達した時点で受付終了とさせていただきます。
 又、電話での申込は出来ません。窓口申込のみとさせていただきます。
 ※感染者数の状況で開催が困難と判断した場合は中止になる場合がございます。

【教室の問い合わせ先】

申込先:飯塚第1体育館(飯塚市枝国666-11) 問合せ先:TEL0948-22-6799

施設紹介 筑穂多目的グラウンド 住所/飯塚市大分1985-53 利用時間/6:00~20:00



筑穂多目的グラウンド改修後全体



筑穂多目的グラウンド駐車場

筑穂多目的グラウンドは軟式野球やソフトボール、グラウンドゴルフなど多目的に利用できる施設です。6月にダイヤモンドの改修整備をおこなっています。球技大会や練習でご利用お待ちしております。



改修中の様子



施設料金		料金(1時間)
区分	専用利用	200円
1/2面	一般	100円
	高校生以下	50円

筑穂多目的グラウンド 施設申込先

予約・問合せ先 / 申請・支払先
飯塚第1体育館 飯塚市枝国666-11 TEL0948-22-6799

※石灰やベースを利用する場合は申込時に倉庫の鍵をお渡しいたします。

コロナに負けるな! 家でも出来るトレーニング「家トレ」 第2弾

今回は「肩こり体操」をご紹介します。首、肩、背中 of 筋肉をほぐし、血行をよくすることで肩こりの予防・解消に効果があります。少しずつでもOK!です。時間のある時にこまめに実施しましょう。

1

左右10秒×2、3回

背中 of 後ろに回した手 of 手首をもう一方の手でつかみ軽く引っ張ります。同時に首も同じ方向に倒します。

2

前後10秒×2、3回

頭に手を当てイスの背にもたれながら胸を開きます。次に息を吐きながらゆっくり肘を閉じ、おへそをのぞくように首を倒します。

3

内外交互に10回

肘を伸ばし、おへその前で両手を合わせます。肘が曲がらないように気をつけ、息を吐きながら腕を外・内にひねります。

4

3秒×5回

腕の力を抜いて両肩を思い切り上げます。息を吐きながらストンと肩を落とします。

ご提供頂きました!!

飯塚片島地区体育振興会様より飯塚第1体育館に非接触型体温センサーをご提供いただきました。

利用者様が安心・安全に施設をご利用いただけるように活用させていただきます。ありがとうございました。

利用者様のコメント

- ・入口ですぐ検温出来るので、安心して施設を使える。



(写真左:飯塚片島地区体育振興会 前会長 成重 正一 様)

穂波体育館利用者様へ!

階段に手すりを設置致しました。2階ご利用の際は気をつけて上り下りしてください。今後も穂波体育館のご利用よろしくお願い致します。

利用者様のコメント

- ・荷物を持って上がる時に手すりがあれば安心。
- ・雨の日は湿気があり階段が滑りそうで怖かったが、手すりのおかげで上り下りしやすくなった。



※新型コロナウイルス感染症拡大により
予定していた大会が急遽中止になる
可能性もございます。



マスク着用 外出控え 密集回避 密接回避 密閉回避 換気 咳エチケット 手洗い

(一社)飯塚市スポーツ協会は「一緒にスポーツを愛し応援して」頂けるスポンサー様を募集しております。
スポンサーに関する問合せ先:(一社)飯塚市スポーツ協会 飯塚第1体育館内 TEL:0948-22-6799

いいしんは、
スポーツの推進を応援しています



飯塚信用金庫

JAふくおか嘉穂は、
スポーツの推進を応援しています



ふくおか嘉穂

編集後記

飯塚市スポーツ協会広報誌も今回で5回目となります。今回は施設であった心温まる話をさせていただきます。

施設の点検にいった時、トイレの棚や手洗いに見慣れないトイレットペーパーが置いてありました。それは、施設を利用させていただいた団体様が置いていったものでした。手に取ってみると感謝の言葉入りのトイレットペーパーでした。私は感動してうれしい気持ちでいっぱいになりました。

感謝の言葉というのは、人を頑張ろうと思わせたり、心を温めてくれる素晴らしいものだと改めて思いました。

今後も施設をより気持ちよく使っていただけるように努力いたします。

