

スキークラブだからできる楽しさをご提供致します!【神奈川区体育協会】

神奈川区体育協会所属の横浜スキー同好会は、1959年(昭和34年)に誕生し、現在発定から4世代50年を経て160人を超える仲間たちが集うクラブとなりました。

全日本スキー連盟SAJ公認指導員が約60名在籍しており、ジュニア育成をはじめスキーを通して楽しい時間や楽しい仲間を増やしています。

●区民スキー教室(斑尾高原スキー場)

全日本公認インストラクターがご家族やお仲間をプライベートエスコートします。もちろん個人参加も大歓迎!

[日時] 平成28年2月19日(金)夜横浜発、2月21日(日)夜横浜着

[参加費] 大人33,500円 子供25,400円(神奈川区民特別価格) [定員] 20名

●志賀高原スキーツアー(志賀高原)

50年の歴史が可能にする心と体、技術の育成に力を入れたツアーです。

[日時] 平成28年3月25日(金)夜横浜発、3月28日(月)夜横浜着

[参加費] 未定(後日広報よこはま掲載予定、区民特別価格を予定) [定員] 80名

問合せ 横浜スキー同好会 萩原裕史 **MAIL** soto-koufuku84@marble.ocn.ne.jp



グループでの一コマ「仲間と練習中」



ジュニアスキー「みんな楽しそう」

「ほどがやスポーツ祭り」開催のご案内【保土ケ谷区体育協会】

保土ケ谷区体育協会では、毎年3月第一日曜日に「ほどがやスポーツ祭り」を開催しています。保土ケ谷区体育協会の事業に永年尽力された方、その年度に活躍した選手の表彰式などを行っています。

式典後、障がい者と健常者のコラボレーションを目指して「ボッチャ大会」を開催しています。今回で10回を数え、障がい者の参加数は半数近くとなり、最近では障がい者に全く歯が立たない結果となっています。

また、誰でも参加できる「さわやかスポーツ」、少年少女を主体とした「なわとび選手権」を開催しています。興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

●ほどがやスポーツ祭り

[日時] 平成28年3月6日(日)10:00～ [会場] 保土ケ谷スポーツセンター

問合せ 保土ケ谷区体育協会(保土ケ谷スポーツセンター内) **TEL** 045-332-1130



「ボッチャ大会」プレー中



「ボッチャ大会」表彰式

南区体育協会

南区体育協会は、17の種目別団体がそれぞれ南区民の皆さまへ地域貢献と青少年の健全育成を目標に事業を進めています。また、その17団体と地域の他団体との協力のもと、年2回の地域貢献事業も開催しています。昨年も11月23日(月・祝)に大岡公園にて「みなっちランニングフェスタ」として親子ランニング(幼児～小学2年生とその保護者)や、苅部俊二氏(アトランタ・シドニーオリンピック出場)を招いての走り方教室(小学3～6年生)を開催いたしました。

2月11日(木・祝)には、南スポーツセンターにて「みなっちスポーツフェスタ」を開催します。午前中は、インラインスケート、卓球、グラウンドゴルフ、ターゲットバードゴルフ、ミニゲームコーナーなど、だれでも楽しめる体験コーナー、午後には参加者全員で楽しめる「笑顔で運動会」を行います。賞品もたくさんあります。ぜひご参加ください。

問合せ 南区体育協会(南スポーツセンター内) **TEL** 045-716-5752 **FAX** 045-716-5753



みなっちスポーツフェスタにて

子どもの体力向上のための取組み ～いきいきキッズ事業～

子どもたちの体力は、昭和60(1985)年頃と比較すると低い水準となっており、近年やや回復してきたと言われるものの、横浜市では依然として体力テストの値が全国平均を下回っている状態です。

このような状況をうけ、横浜市では子どもの体力を昭和60年頃の体力水準に回復させる取組みを行っています。

そこで、公益財団法人横浜市体育協会(以下、横浜市体育協会)では、学校における子どもの体力向上をサポートしています。



いきいきキッズって? ～サポート内容～

休み時間等を利用して、子どもたちが運動遊びに接する機会を提供しています。横浜市体育協会では、保護者や地域ボランティアの方などの協力を仰ぐことで、継続的に取組める仕組みづくりをお手伝いします。

学校保健委員会への協力

戸塚区名瀬小学校の取組み

名瀬小学校では、学校保健委員会の活動テーマを「早寝・早起き・朝ごはん～けがを防いでみんなで笑顔～」として、けがを防ぐために必要な体力を知ることや、簡単に楽しめる運動をすることに取り組んでいます。また、文部科学省の事業「スーパー食育スクール」として、大学・研究機関と連携して身体活動量などの測定も実施しています。

横浜市体育協会では、学校保健委員会や中休みに運動や遊びの紹介をしたり、スーパー食育スクールの実行委員会に参加したりしています。



運動機能チェック



腕支持あそびは家庭でもできます



縄を使ったリズムダンスの紹介



二人で遊べる縄跳びの紹介

横浜市体育協会では、子どもの体力向上に関するさまざまな取組みの支援を行っています。

興味のある方は、お気軽に下記までお問い合わせください。

問合せ (公財)横浜市体育協会 地域スポーツ課 TEL 045-640-0015

◆スポーツセンターで姿勢測定会開催!

手軽に測定!

2,000名以上のお客様にご利用いただいています!

「美しい姿勢はトレーニングでつくる!」予約受付中!

- ◆ 画像解析によりあなたの姿勢をチェック
- ◆ 横、正面、屈位のポーズから姿勢のゆがみを点数化
- ◆ 原因となる筋肉の状態を判定し、改善トレーニングをご紹介

詳しくはホームページまたは開催施設へ直接お問い合わせください。

料金1,000円
【個別アドバイス、
ホームエクササイズ
(小冊子)付き】



姿勢チェック!

開催SC 日程

| | | | | | | | |
|----|------|------|------|----|------|----|------|
| 港南 | 2/9 | 保土ヶ谷 | 2/10 | 港北 | 2/16 | 南 | 2/17 |
| 中 | 2/18 | 都筑 | 2/19 | 磯子 | 2/23 | 金沢 | 2/24 |
| 鶴見 | 2/25 | 神奈川 | 2/26 | 戸塚 | 2/29 | 旭 | 3/1 |
| 栄 | 3/2 | 瀬谷 | 3/15 | | | | |

横浜みなとみらいスポーツパーク

平成28年3月31日の運営終了にともなう感謝祭の開催について(お知らせ)

横浜みなとみらいスポーツパークは、平成18年7月に高機能都市型スポーツ施設としてオープンし、約10年間にわたりスポーツ振興を目的に子どもから大人まで多くの皆さまのスポーツ活動に寄与してまいりました。この度、横浜市との土地の賃貸借契約期間が満了となることを受け、平成28年3月をもちまして運営を終了することとなります。

長年にわたりご愛用いただきました皆さま、ありがとうございました。

なお当施設は、3月31日の運営終了までは施設のご利用はもちろのこと多くの教室を開催しておりますので、ぜひご活用ください。



MMSPで検索

今までの感謝の気持ちを込めて 感謝祭

日時 平成28年3月27日(日) 10:00~15:00(予定)

場所 横浜みなとみらいスポーツパーク

内容 お一人からご家族やカップル、お仲間などどなたでも1日中楽しめるプログラム(小ささまざまなボールを使ったボールゲームや障がい者サッカー体験(電動車椅子サッカー)等)をご用意。

また、当日はランニングシューズ等の試し履きやフリーマーケット、キッチンカーの出店等を予定!

春の暖かな陽気の中、広いフィールドでカラダを動かしたり、横になったり、座ったり、青空とみなとみらいの景色を眺めながら楽しい一日を過ごしませんか。ご来場をお待ちしています。



3月31日まで開催中の教室はこちら

● ボディバランス、ボディコンバット

LES MILLS

ニュージーランド発祥、世界各国で導入されている『レスミルズプログラム』

● かようストレッチ、骨盤体操

体の調子を整えます! (※「かようストレッチ」は火曜日に歌謡曲でストレッチをします)

● 横浜F・マリノスサッカースクール

横浜F・マリノススタッフによる、レベルに合わせた的確な指導が好評なスクール

読者アンケートにご協力ください

「SPORTSよこはま」では、よりよい誌面づくりの参考とするため、読者アンケートへのご協力をお願いしています。ハガキかe-mail、FAXに右の質問事項に対する回答、〒住所、氏名、年代(例:30代)、電話番号をご記入のうえ、平成28年3月19日必着で右のあて先へお送りください。ご協力いただいた方のうち抽選で5名様に、クオカード(500円分)を差し上げます。当落の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。個人情報の取扱いについては下記をご参照ください。

質問事項

- (1) 今月号へのご意見(よかった記事・そうでなかった記事など)とその理由をお聞かせください。
- (2) 今後取りあげてほしいテーマ(種目・イベント・人物など)は?
- (3) どこで入手しましたか? 駅名・施設名など具体的にご記入ください。またどこにおいてあると便利だと思いますか?
- (4) その他、ご意見・ご要望をお寄せください。

あて先 〒231-0015 横浜市中区尾上町6-81 ニッセイ横浜尾上町ビル1階
横浜スポーツ情報センター「SPORTSよこはま」アンケート係
E-mail sports_yokohama@yspc.or.jp FAX 045-640-0024

「SPORTSよこはま」定期購読者募集

定期郵送をご希望の方は、〒住所・氏名・電話番号をご記入の上、希望号数分の切手(年間6号刊行、1号当たり1冊140円)を同封し、「SPORTSよこはま郵送希望」と明記の上、読者プレゼント欄記載のあて先までお申し込みください。複数部数を郵送希望される場合、バックナンバーをご希望される場合は、横浜市スポーツ情報センターまでご連絡ください。

TEL 045-640-0055 FAX 045-640-0024 年末年始を除く9:00~17:00

「SPORTSよこはま」個人情報の取扱いについて

- (1) 事業者の名称 公益財団法人横浜市体育協会
- (2) 個人情報の利用目的
ご記入いただいた個人情報は、次の場合のみ利用いたします。
ア 読者プレゼントの場合 プレゼントの発送
イ 読者アンケートの場合 記念品の発送
ウ 定期購読の場合 「SPORTSよこはま」の発送
エ 連載企画の場合 参加者の選考、選考および編集過程での事務連絡、記事作成の参考資料、参加者を紹介するための誌面への掲載
- (3) 個人情報の第三者提供について
ご記入いただいた個人情報は、プレゼントや謝礼の発送に際し、運送業者に提供します。
- (4) 個人情報の取扱いの委託について
情報誌のデザイン及び印刷のため、個人情報を取り扱う業務の委託を行います。
- (5) 個人情報の開示等及び問合せについて
当協会が保有する個人情報の利用目的の通知・開示・内容の訂正・追加または削除・利用の停止・消去および第三者への提供の停止に応じる窓口は、(7)の問い合わせ先と同じです。
- (6) 個人情報をご提供頂かない場合の取り扱い
必要事項をご記入いただけない場合、当事業にお申込できない場合があります。
- (7) 当協会の個人情報取扱いに関する苦情、相談等の問合せ先
個人情報保護管理責任者 公益財団法人横浜市体育協会 事務局長
お問い合わせ窓口 総務部総務課
電話 045-640-0011 FAX 045-640-0021

