

# スポーツだより



## ☆スポーツ行事の予定

〔総合体育館〕

◎第25回会長杯函館地区

小学生バレーボール大会

8月3日(日) 9時00分～

〔スポーツ公園〕

◎第64回社会を明るくする

運動

・第33回小学校駅伝競走大会

7月13日(日) 9時00分～

※先月号に7月12日(土)と誤って掲載しました。お詫びして訂正いたします。

・少年サッカー大会

7月27日(日) 9時30分～

## ☆教育委員会主催事業

◎夏のプール祭り

〔日時〕 7月19日(土)

13時00分～16時30分

〔場所〕 八雲町温水プール

〔対象〕 幼児以上

※幼児は保護者同伴

〔内容〕

『ヨーヨーすくい、玉入れ、綱引き、シャチ乗り競走、浮き島渡り』など、楽しいゲームを行います。

〔参加料〕 50円



ボランティアによる水中運動の様子

■八雲町総合体育館 ☎0137-62-2141

【開館時間】 午前9時00分～午後9時00分

※日曜日・祝日は午後5時まで

【休館日】 月曜日、年末年始

■熊石教育事務所 ☎01398-2-3111

※当日、会場で受け付けます。  
なお、プール使用料は、無料となります。

## ☆八雲水泳協会主催事業

◎夏休み小学生クロール教室

八雲水泳協会は、小学生を対象に水泳教室を行います。夏休みにステップアップしませんか。

〔日時〕 7月29日(火)～8月1日(金) 4回  
18時30分～19時30分

〔場所〕 八雲町温水プール

〔対象〕 面かぶりキック・面かぶりクロールで7m泳げる方

※定員20名

〔内容〕

けのび・バタ足など泳ぎにつながる基本の練習をします。クロールの息継ぎ(呼吸方法)の練習をします。

〔指導者〕

(公財)日本体育協会公認水泳指導員ほか

〔受講料〕 1,200円(保険料含む)

〔申し込み〕 7月25日(金)14時から、温水プール受付窓口で行います。なお、電話での申し込みもできます。

・八雲町温水プール

☎63-3238

## ☆八雲町西体育振興会主催事業

◎第1回西体育振興会ツバメ工業杯ソフトボール大会

八雲町西体育振興会は、町民を対象にソフトボール大会を行います。町内会や職場等でチームをつくって、参加しませんか。

〔日時〕 8月18日(月)～26日(火)  
(土、日曜日を除く)

第1試合 18時20分～

第2試合 19時40分～

〔場所〕 運動公園ソフトボール場

〔対象〕

町内に住所または職場を有している18歳以上の方

※55歳未満の野球協会及びソフトボール協会登録者が常時出場できるのは、2名以内とします。

〔申し込み〕 8月5日(火)までに参加料1チーム3,000円(保険料含む)を添えて総合体育館へお申し込みください。

※監督会議を8月8日(金)18時30分から総合体育館で行いますので、必ず、各1名出席してください。

## 暖かい温水プールで楽しく運動してみませんか

おがわはら  
私は八雲総合病院で理学療法士をしています小河原です。

私たちは毎週水曜日の午後6時30分頃から歩行用プールにおいて、体操を中心とした運動を30分位行っています。参加者は、膝や腰に痛みを抱えている方や歩行が不安定で杖などを使っている方など、様々な問題で悩んでいる方が毎回楽しく運動を行っています。プールの温度は36度と暖かく、入っただけでも心地よい解放感に包まれていきます。

体操以外にも、水中運動の相談や指導も随時行っています。また、私が参加できない場合は、背の高い作業療法士の川合先生が参加していますので、気軽に声をかけてください。

いつまでも元気に楽しみながら水中運動を行いましょう。



小河原先生



川合先生