



「日々挑戦!とこわか健康からだづくり」

# 体育・健康フェスタ 2016 開催!

**日時** 10月10日(祝) 午前9時30分～午後3時 **申込不要** **参加無料**

**場所** HOS名張アリーナ(総合体育館)とその周辺

☎ 健康・子育て支援室 ☎ 63-6970 ☎ 市民スポーツ室 ☎ 63-7100

- ◎ 開会式典 午前9時30分～ 市スポーツ大賞・体育優良者(団体) いい歯の8020の表彰式
- ◎ 音楽演奏会 午前10時30分～ 陸上自衛隊第10音楽隊
- ◎ 講演会 午前10時50分～11時50分 演題「大きな一歩」  
講師 村上清加さん(一般社団法人日本パラ陸上競技連盟所属)



**スポーツ体験コーナー** 自由に体験できます! 正午～午後3時

- ▼ニュースポーツ(ラダーゲッター、バグー、シャフルボード)
- ▼ターゲット・バードゴルフ
- ▼フリーピンポン ▼グラウンドゴルフ
- ▼パタンク ▼クロリティー ▼テニス
- ▼ソフトテニス ▼ゲートボール ▼弓道
- ▼乗馬 ▼ダンススポーツ など



**健康コーナー** この機会にぜひ健康づくりを! 正午～午後3時

- ▼相談コーナー(医師・保健師・栄養士)
- ▼血糖測定、脂質測定、素肌チェック
- ▼歯の無料健診、フッ化物洗口体験
- ▼体組成測定
- ▼地産地消 梅サワージュース試飲
- ▼骨密度測定
- ▼足裏測定&中足骨マッサージ、自立体力測定、健康加圧



**催しものコーナー・抽選会など**

- ▼青空市・伊賀牛すじ肉入り美女カレー販売 ▼白バイ展示・グッズ販売など
- ▼交通安全紙芝居 ▼地元特産物などの抽選会(午後3時～3時15分)  
※抽選会は体験コーナーへの参加(スタンプカード)が参加条件。

**「健康マイレージ」始めます**

体育・健康フェスタに参加した人にエントリーシートをお配りします。今後、市が開催するいくつかのイベントで、健康づくりなどをするとポイントが貯まっていき、素敵なプレゼントがもらえます!



**「2016名張ひなち湖紅葉マラソン大会」参加者募集**

**日時** 11月20日(日) 午前8時20分～受付開始  
午前9時10分開会式  
午前9時35分スタート(種目別)

**種目** ▼2kmレース(小学3～6年生) ▼3kmレース(中学生) ▼5kmレース(高校生以上)  
▼10kmレース(一般※高校生は不可)  
▼ジョギング2km(年齢制限なし)

**参加費** 小学生…700円、中学生…800円  
高校性…1,000円、一般…2,000円、  
ジョギング…高校生・一般1,000円(中学生以下500円)

**申込** 10月17日(日)までに、武道交流館いきいきに備え付けの申込書に記入し、同窓口へ

**☎ 名張市体育協会(武道交流館いきいき内)**  
☎ 62-4141



**初心者歓迎!  
ホッケー教室参加者募集**

2021年に開催される三重国体のホッケー競技は、会場が名張市で行われます。初めての人も大歓迎です!

この機会にホッケーをしてみませんか?

**日時** 10月14日、11月11日、12月9日  
※全て金曜日 午後7時～9時

**場所** HOS名張アリーナ(夏見)

**対象** 高校生以上

**持ち物** 体育館シューズ、飲み物、タオル

◎参加無料。道具は貸し出します。

**申込** 電話か電子メールにて、問い合わせ先へ

**☎ 市民スポーツ室 ☎ 63-7100**  
✉ shiminsports@city.nabari.mie.jp



**バスケットボールトーナメント大会参加チーム募集**

今年はバスケットボールのトーナメント大会「HOS GAMES CUP2016」を開催!参加チームを募集します。

**開催日時**  
女子の部:10月15日(日) 午後0時30分～  
男子の部:12月23日(祝) 午前8時30分～

**場所** HOS名張アリーナ(夏見)

**対象** 市内在住・在勤・在学の高校生以上の人

**参加費** 1チーム5,000円  
※10月15日(日)は、小学生を対象としたクリニックも開催予定。参加無料

◎申込方法など詳しくは、問い合わせ先へ

**☎ HOS名張アリーナ ☎ 63-5339**



**「ジムトレーニング講習会」参加者募集**

**日時** 10月8日～12月24日までの毎週土曜日  
午後1時～2時(11月5日、12月3日を除く)

**場所** 武道交流館いきいき(蔵持町里)

**講師** 松山比香里さん

**定員** 各6人 ※申込人数によっては開講されない場合があります。

**持ち物** 上履き、飲み物、タオル

**参加費** 10,000円(全10回) ※1回のスポーツ講習の場合は1,200円

**申込** 武道交流館いきいき備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、参加料を添えて同窓口へ

**☎ 武道交流館いきいき ☎ 62-4141**



**松山比香里先生とエアロビクス参加者募集**

**日時** 10月4日～12月13日までの毎週火曜日  
午後1時～2時(11月1日を除く全10回)

**場所** 武道交流館いきいき(蔵持町里)

**講師** 松山比香里さん

**定員** 30人 ※先着順

**参加費** 5,000円(全10回)

**持ち物** 上靴、飲み物、タオル

**申込** 武道交流館いきいき備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、参加料を添えて同窓口へ

**☎ 武道交流館いきいき ☎ 62-4141**



**「第16回市民ボウリング大会」参加者募集**

**日時** 10月30日(日) 午前10時ゲームスタート

**場所** HOSスーパーボウル名張(希央台1)

**対象** 市内在住・在勤・在学中で中学生以上の人

**定員** 50人 ※先着順

**参加費** 1,000円(2ゲーム。靴代別)

**申込** 10月17日(日)までに、参加費を添えてHOSスーパーボウル名張へ

**☎ 市ボウリング協会(竹村)**  
☎ 63-9424

