



# 「Smile Everyday! ~まちじゅう元気!!~」 体育・健康フェスタ 2017 開催!



日時 **10月9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

午前9時30分~ 式典 体育協会優良者、いい歯の8020表彰

午前10時30分~ 講演会「やる気を引き出す魔法の言葉 ペップトーク」

講師 井上多栄子さん(日本ペップトーク普及協会ファシリテーター)

正午~午後3時 スポーツ体験・健康コーナー

午後3時15分~ 抽選会(体験コーナーへの参加が条件)

ペップとは  
英語で「元気」  
の意味



### 健康コーナー

この機会にぜひ健康づくりを!

- ▼血糖測定 ▼脂質測定
- ▼ストレス測定
- ▼素肌チェック
- ▼歯の無料健診
- ▼フッ化物洗口体験
- ▼減塩みそ汁の試飲
- ▼骨密度測定
- ▼体組成測定 など



### スポーツ体験コーナー

自由に体験できます!

- ▼ニュースポーツ
- ▼ターゲットバードゴルフ
- ▼グラウンドゴルフ
- ▼ペタンク ▼クロリティ
- ▼テニス ▼ソフトテニス
- ▼ゲートボール ▼弓道
- ▼サッカー ▼ホッケー
- ▼ダンススポーツ など



※地元の新鮮野菜や加工品や、お菓子やパンなどの販売もあります。

健康・子育て支援室 ☎63-6970、市民スポーツ室 ☎63-7100



## 「2017名張ひなち湖紅葉 マラソン大会」参加者募集

日時 11月19日

午前8時~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※高校生以下は不可)

▼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...1,000円(中学生以下500円)

申込 10月12日困までに、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。ランネットからの申込は11日困まで。

名張市体育協会(武道交流館いきいき内)

☎62-4141



## 運動が苦手な人でも大丈夫! バレトン教室参加者募集

■バレトン教室

日時 10月5日・19日、11月2日・16日、  
12月7日・21日(全6回) 全て木曜日

午後2時~2時50分

※12月7日のみ午後2時30分~3時20分

参加費 3,000円(全6回)

■ママバレトン教室

日時 10月12日、11月9日、12月14日  
全て木曜日 午前10時~11時

参加費 1,500円(全3回)

※お子様連れでも参加できます。



場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)

講師 森 嗣美さん(フィットネススタジオ Cute)

持ち物 ヨガマットもしくはバスタオル、汗拭きタオル、飲み物など

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、参加費を添えて同窓口へ

武道交流館いきいき ☎62-4141



## HOS 幼児体操教室 1 日体験 参加者募集

日時 9月20日(祝)、27日(祝)

午後3時30分~4時30分、午後4時40分~5時40分

場所 HOS名張アリーナ(夏見)

対象 年中、年長、小学2年生まで

参加費 500円 定員 各15人 ※先着順

申込 HOS名張アリーナに備え付けの申込み用紙に必要事項を記入し、同窓口へ

HOS名張アリーナ ☎63-5339



## 市民ペタンク大会 参加者募集

日時 10月20日(金) 午前9時30分開始

場所 八幡2号公園運動場(八幡)

試合形式 ダブルス戦

参加費 1人 500円(当日徴収)

申込 9月30日(日)までに電話で問い合わせ先へ

名張市ペタンク連絡会(山口) ☎65-5783



## 山で自然観察をしよう! 参加者募集

日時 10月22日(日) 午前9時30分~午後3時30分

場所 赤目四十八滝 ※集合は近鉄赤目口駅

対象 小学5年生以上(小学生は要保護者同伴)

定員 20人 ※先着順。参加無料

持ち物 弁当、飲み物、軍手、帽子、長袖・長ズボンの服装、山歩きができる靴

申込期間 10月2日(日)午前10時~18日(金)

◎申込方法など詳しくは、問い合わせ先へ

河川レンジャー事務局

☎0742-33-1300



## ジムトレーニング講習会 参加者募集

日時 10月14日・21日、11月4日・11日・  
18日・25日、12月2日・9日・16日・23日

全て土曜日 午後1時~2時(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 6人 ※先着順。申込人数によっては開講を中止する場合があります。

持ち物 上履き・飲み物・タオル

参加費 10,000円(全10回)

※1回のスポット講習の場合は1,200円

申込 9月26日(日)以降に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、参加費を添えて同窓口へ

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10日~12月19日までの毎週  
火曜日 午後1時~2時 ※11月21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 9月26日(日)以降に、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、参加費を添えて同窓口へ

武道交流館いきいき ☎62-4141



## 来年度のインターハイは三重県で! 300日前イベントを開催

平成30年度のインターハイが三重県を中心として開催され、そのPRのため県内の高校生が中心となり、300日前イベントを開催します。

日時 11月4日(土) 午後1時30分~4時

場所 イオンモール鈴鹿(鈴鹿市庄野羽山)

内容 ▼カウントダウンボード除幕式 ▼友情の花の種伝達式 ▼競技の紹介、体験 ▼小川直也さんによるゲストトークなど

三重県教育委員会事務局 全国高校総体推進課

☎059-224-2838