

# 御船町スポーツセンターだより

2015.8月号  
Vol.05

発行：御船町スポーツセンター等管理運営共同企業体  
代表 公益財団法人 熊本 YMCA

〒861-3204 熊本県上益城郡御船町木倉 1176-1 TEL 096-282-4111 FAX 096-282-4113  
http://www.kumamoto-ymca.or.jp/mifune/ ✉ mifune@kumamoto-ymca.org

## 親子たいそう教室で 新しい遊具が登場

親子たいそう教室にて新しい遊具を導入しました。鉄棒、ジャンゲルジム、ミニトランポリンです。教室



では、これらの遊具に加え、マット運動、とびばこジャンプなどのサーキット遊びをしています。

遊びを通して様々な運動を通して基礎運動能力を高め、親子やお友だちとのコミュニケーションを深めます。

教室は毎週木曜日11時15分に実施中。対象は3才までのお子様と保護者。費用は1回親子で500円。是非ご参加ください。

## 親子すいえい・親子たいそう

### 教室終了後おにぎり会を実施

7月22日(水)と23日(木)親子すいえい・たいそう教室終了後、みなさん持ち寄りで昼食をとにするおにぎり会を行いました。

昼食をとりながら、子どもの命名の由来について説明しての自己紹介



や、子育てについての意見交換・情報交換をしました。お母さん同士、子どもたち同士の間で深められました。

## 野外活動クラブを実施

7月18日(土)野外活動クラブの7月活動を行いました。一行は、あじきた青少年の家にて開所式を終え、砂浜にて海水浴をしました。気候は暑く、水温は少し冷たかったので、とても気持ち良かったです。



お昼からは、シーカヤックと磯の生き物観察をしました。シーカヤックは2人乗り用と3人乗り用があり、パドルをたく

さん漕いでカヌーを上手に操りました。夏休み初日、皆さんは終日海の自然を満喫することができました。次回の活動は9月19日(土)に実施予定。詳細は別紙ご案内、またはホームページをご覧ください。

## かけっこ教室を 9月5日(土)に実施

走るときの姿勢、腕の振り、足の着地、足の運び、蹴りだしなど走り



方のポイントを解説しながら実践します。会場は御船町スポーツセンター。午前9時開始。対象は小学生。参加費100円。電話にて予約してください。

## 歌声広場わいわい8月21日実施

8月21日(金)に歌声広場わいわいを開催します。ピアノ、ギター、声楽のリードに合わせ、青春時代に歌ったなつかしのフォークソングやみなさん馴染みの季節の歌などを披露。聞いているだけでもよし、一緒に歌ってもよし、ハモってもよしの

集まりです。13時半開場、14時開演。参加費お一人500円。



プロのピアニストと声楽がリードします。飲み物とお菓子もご用意します。

## 生きがい創造セミナーを 9月10日(木)に開催

テーマは「高血圧 下げて伸ばそう健康寿命」。血圧を上手にコントロールして、豊かで健やかな生活を持続していくための方法についてお話しします。14時開演。会場は御船町スポーツセンター。参加費は無料。御船町地域包括支援センター主催。



講師 永田 晃平 先生  
東熊本病院 内科医師