

自分の身体をもっと知ろう! In Body測定会

約30秒で、体成分分析、筋肉と脂肪の割合、部位別バランス、健康度評価フィットネススコアなどを測定し、分かりやすい表で結果をお渡しします。健康づくりに関する相談も受け付けております。気軽にご参加ください。

- **日 時** 6月22日(水)～7月4日(月) ※火曜日を除く
月～土曜日 午前9時～午後8時
日曜日・祝日 午前9時～午後3時
- **場 所** 町総合体育館トレーニングルーム
- **参加料** 無料
- **参加条件** ○マスクを持参し、着用してください。
○現住所が確認できるものをお持ちください。
○次の事項に該当する場合は自主的に参加を見合わせてください。
・体調がよくない場合(発熱や風邪、味覚障がいなどの症状がある場合)
・同居家族や身近な知人に新型コロナウイルス感染症が疑われる人がいる場合
※ペースメーカーを装着されている人、妊娠中の人は測定ができません。

★新型コロナウイルスの感染状況によっては、内容を変更する場合があります。

金曜ストレッチ教室

ストレッチを中心にマイペースで身体を動かす運動教室です。どなたでも参加できます。運動を始めるきっかけ作りにぜひご参加ください。

- **日 時** 7月1日～8月26日(毎週金曜日 全8回) 午後3時～4時
- **場 所** 町総合体育館
- **定 員** 20人(事前に申し込みが必要となります)
- **必要経費** 町内200円(1回)
- **携行品** 室内シューズ、飲み物、タオル、マスク ※動きやすい服装で参加してください。
- **講師** NPO法人クラブおおづスタッフ
- **申込期間** 6月22日(水)～30日(木)
下記問い合わせ先に申込をお願いします。

運動とメディカルアロマづくりでリフレッシュしよう!

コロナ禍で外へ出る機会が少なくなり、運動不足や生活リズムの乱れを感じていませんか?一緒に体を動かして、体のメンテナンスをしましょう。「楽しく運動したい」「やり方を知りたい」「気軽に体を動かしたい」など、女性に向けた全4回の教室を行います。これから夏に向けて体も心もリフレッシュしましょう!

- **日 時** 7月8日、15日、22日、29日(毎週金曜日 全4回)
午前10時30分～11時30分
 - **内 容** ストレッチや誰でもできる簡単な筋トレ、ストレッチポールを使った運動を行います。3回目の教室時にメディカルアロマを使った虫よけスプレーを作る予定です。オーガニックで赤ちゃんやペットも安心・安全です!
 - **定 員** 10人(先着順)
 - **場 所** 町総合体育館 会議室
 - **対象者** 女性限定
 - **参加費** 2,000円
 - **携行品** 室内シューズ、飲み物、タオル、マスク ※動きやすい服装で参加してください。
- ※体調確認のため、教室参加時に体温をおたずねします。
※マスクを持参し、着用してください。

申し込み・問い合わせ

NPO法人クラブおおづ 町総合体育館トレーニングルーム

平日:午前9時～午後9時 日曜・祝日:午前9時～午後5時 休館日:毎週火曜日

☎096(293)8088 内線トレーニングルーム

令和4年度 第3回おおづを探索!ウォーキング教室の開催!

今回は、大津中央公園から昭和園、上井手公園を見学するコースです。皆さんの参加をお待ちしています。

●期 日 7月9日(土) 午前8時30分集合

●集合場所 大津中央公園駐車場

●参加対象 町内在住者および在勤者

●参加料 無料

●募集人員 25人



●参加条件 ○次の事項に該当する場合は自主的に参加を見合わせてください。

- ・体調が良くない場合(発熱や風邪、味覚障がいなどの症状がある場合)
- ・同居家族や身近な知人に新型コロナウイルス感染症の感染が疑われる人がいる場合
- ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域などへの渡航または当該在住者との濃厚接触がある場合

○マスクを持参し、着用してください。

●携行品 マスク、タオル、飲み物、帽子 ※動きやすい服装で参加してください。

●その他 ○当日のけがなどについては、町が加入している保険の適用範囲内で対応します。

○雨天の場合、次の事項に該当する場合は開催中止します。

- ・前日の気象庁の公表で降水確率が80%以上の場合
- ・当日午前7時30分の段階で雨天の場合

○当日の歩く距離は3.5km程度の予定です。

○新型コロナウイルス感染症の影響により中止になる可能性があります。

○事業終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は教育委員会に報告してください。

●申込方法 電話、または総合体育館窓口でお申し込みください。

受付期間:6月21日(火)午前8時30分~7月1日(金)午後5時まで

問い合わせ

役場生涯学習課 生涯スポーツ係(総合体育館内) ☎096(293)8088 FAX 096(293)8899

社交ダンス教室

- **目的** ダンススポーツの普及と技術力の向上を図り、美容と健康を増進する。
- **主催** 町ダンススポーツ協会
- **開講日** ◎7月6日・13日・20日・27日
◎8月3日・10日・17日・24日
◎9月7日・14日・21日・28日（水曜日：全12回）
- **時間** 午後7時～9時
- **場所** 町民交流施設2Fふれあいホール ※場合によって変更あり
- **定員** 若干名
- **内容** 初心者向けのブルース・マンボ・ボックスルンバ・ジルバ・ワルツ・タンゴダンス講座を通して健康づくり!
- **講師陣** 三池 律子 他競技選手5人
- **参加費** 1,000円/月
- **携行品** 体育館用シューズまたはダンスシューズ
- **申込期間** 6月21日(火)～7月1日(金)

問い合わせ・申し込み 三池 一幸 ☎090-7162-5110 ✉ jinai1952@outlook.jp

夏休みジュニアボウリングスクール

- **日時** Aコース 7月30日(土)午後1時30分～3時
Bコース 8月 4日(木)午後4時30分～6時
Cコース 8月 5日(金)午後4時30分～6時
- **場所** 菊陽ボウル(菊池郡菊陽町津久礼2199)
- **定員** 各コース30人(先着順)
- **参加資格** 年長～高校生
- **参加費** 各コース 500円(貸靴代含む)
- **申込方法** 前日までに電話かFAXでお申し込みください。



問い合わせ・申し込み 菊池郡市ボウリング協会事務局 菊陽ボウル内 担当 兼森・檜崎
☎096(232)2231 FAX096(232)4868

大津町ソフトボール協会会長旗争奪大会 結果

- **場所** 町民グラウンド
- **日時** 4月25日(月)～28(金)
- **優勝** 平川ドリームズ
- **参加チーム** 平川ドリームズ
池松機工
パラダイス

