

## 貯筋ステーション参加者募集！

### ～筋肉を貯めて健康づくりにチャレンジ～

テレビでも紹介されている「貯筋プログラム」は、国の研究により開発され、全国で取り組まれている運動プログラムです。日頃の運動不足解消や健康づくりとして「貯筋プログラム」を体験してみませんか？ご参加お待ちしております！

#### 【室 教 室】

- 期 日 9月11日～11月13日  
毎週火曜日・全10回
- 時 間 午後7時～午後8時
- 場 所 大津地区公民館分館 研修室1,2
- 対 象 どなたでも
- 定 員 20人程度

#### 【ス ポ 森 教 室】

- 期 日 9月12日～11月14日  
毎週水曜日・全10回
- 時 間 午後2時～午後3時
- 場 所 町総合体育館 会議室
- 対 象 どなたでも
- 定 員 20人程度

- 参加費 無料
- 準備物 動きやすい服装、上履き、飲み物、タオルなど

## 生活習慣病予防教室参加者募集

運動・栄養・口腔のプロと一緒に生活改善にチャレンジしませんか？健康づくりで悩んでいる人、初めての人も大歓迎です。一緒に元気づくり始めましょう！

- 期 日 9月21日～10月26日、  
毎週金曜日・全6回
- 時 間 午前10時～午前11時30分
- 場 所 町交流センター

- 対 象 どなたでも
- 定 員 20人程度
- 参加費 無料
- 準備物 動きやすい服装、上履き、飲み物、タオルなど

## 卓球教室（短期教室）

クラブおおづの卓球サークルでは、短期教室を開催します。初めての人も、経験がある人も、どなたでもご参加いただけます。友達や家族をお誘いあわせのうえ皆様のご参加をお待ちしています。

- 期 日 8月20日～9月10日  
毎週月曜日・全4回
- 時 間 午後2時～午後4時
- 場 所 町総合体育館 サブアリーナ

- 対 象 どなたでも
- 参加費 1,000円
- 準備物 動きやすい服装、上履き、飲み物、タオルなど

- 問い合わせ クラブおおづ事務局 〒869-1234 大津町引水62  
町生涯学習センター内 ☎/FAX 096(294)2922

## 大津町ソフトボール協会長登録大会

- 7月大会 町民グラウンド  
7月23日(月)よりナイトゲーム

- 優 勝 陣内スラッガーズ
- 準優勝 イズミ車体製作所

|              |      |              |
|--------------|------|--------------|
| ①平川ドリームズ     | 0-5  | ③陣内スラッガーズ    |
| 5<br> <br>20 |      | 14<br> <br>4 |
| ②イズミ車体製作所    | 21-2 | ④パラダイス       |

## 第11回大津町スポーツレクリエーション祭

- 日 時 9月30日(日)午前8時30分開会
- 会 場 町運動公園・総合体育館  
開会式:球技場メインスタンド
- 参加対象 ○個人種目はどなたでも参加できます。  
○団体種目は各校区スポーツ振興会単位



| 開催種目 (会 場)                       | 内 容                                                               | 種別       |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------|----------|
| ①グラウンドゴルフ<br>多目的広場(芝生)           | 8人1組で16ホールを回り、最小打数を競います。                                          | 校区       |
| ②4人制シャッフルボード<br>総合体育館(サブアリーナ)    | 専用カーペットの上にあるディスクをキュー(細長い棒)で押し出しシュートして、得点を競います。                    | 校区       |
| ③3人制ペタンク<br>多目的クレーコート            | 2チームに分かれ、6個の鉄の球をビュット(標的)に近づけたチームが勝ちとなります。ルールは簡単です。                | 校区       |
| ④ミニバレーボール<br>総合体育館(メインアリーナ)      | 男子の部、女子の部(60歳以上の男性2人まで可)<br>バドミントンコートでゴム製のボールを使用します。              | 校区<br>団体 |
| ⑤陸上記録会<br>競技場                    | 大津町記録・自己記録に挑戦!<br>短距離・中、長距離・走幅跳び・リレー<br>当日受付もできます。小学生以上参加可。       | 個人       |
| ⑥ノルディックウォーキング<br>公園内周回道路(競技場前集合) | 専用ストックを使って歩く運動です。<br>からだ全体の筋肉が自然に動き運動効果を高めます。                     | 個人       |
| ⑦小学生タグラグビー<br>球技場                | 2019年ワールドカップラグビー熊本大会開催記念<br>小学生にタグラグビーを普及します。ルールを学び<br>ゲームまで行います。 | 個人       |

- ・種目①～③は、各校区スポーツ振興会単位で出場できます。
- ・種目④は、校区スポーツ振興会または町民で構成されたチームで出場できます。
- ・個人種目⑤～⑦及び④の校区以外は、総合体育館窓口に申し込みください。
- ・詳しくは、校区振興会事務局または、総合体育館窓口にお尋ねください。

●問い合わせ 役場生涯学習課生涯スポーツ係 ☎096(293)8088

## 第6回九州拳友空手道オープン選手権大会結果

6月23日、福岡県粕屋町総合体育館において、組手・形の大会が開催されました。大津東区コミュニティセンターで練習に励んでいる硬式空手道壺心會より小学生15人が出場しました。結果は次のとおりです。

### ●形・試合

小学1年生の部 敢闘賞 倉本 希咲

### ●組手・試合

小学3年生男子の部 準優勝 平岡 征晃

