

しゃかいたいく 社会体育だより

【発行】 豊富町教育委員会社会体育係
TEL:0162-82-1355 FAX:0162-82-3194
Mail:kyouikuinkai@town.toyotomi.hokkaido.jp

2025

12

月号

社会体育施設の年末年始休館日のお知らせ

社会体育施設（スポーツセンター、尚武館、多目的運動場）の年末年始の休館日は以下のとおりです。

今年も残りわずかとなりましたが、健康づくりやリフレッシュの機会として施設をぜひご利用ください！

社会体育施設 年末年始カレンダー

2025年（令和7年）12月

| 施設名 | スポセン | 尚武館 | 多目的 |
|------|-----------|------|------|
| 25 木 | 通常開館 | 通常開館 | 通常開館 |
| 26 金 | 通常開館 | 通常開館 | 通常開館 |
| 27 土 | 休館日（施設整備） | | |
| 28 日 | | | |
| 29 月 | 休館日（年末年始） | | |
| 30 火 | | | |
| 31 水 | | | |

2026年（令和8年）1月

| 施設名 | スポセン | 尚武館 | 多目的 |
|-----|-----------|-----|-----|
| 1 木 | 休館日（年末年始） | | |
| 2 金 | | | |
| 3 土 | | | |
| 4 日 | | | |
| 5 月 | 通常開館 | | |
| 6 火 | | | |
| 7 水 | | | |

12月の社会体育施設 定期休館日

○定期休館日は毎週月曜日 1・8・15・22日

とよとみスポーツCLUBスペシャル

「アシスティック教室」を開催しました！！

10月24日（金）および25日（土）に、ふらっと★きた多目的ホールにて、健康運動指導士の 嶋崎 裕美 さんを講師に迎え、「アシスティック教室」を開催しました。

両日合わせて延べ16名の方にご参加いただき、アシスティックの基本的な動きを学びながら、胸郭の動きを引き出して全身をスムーズに使えるようにすることを目的としたプログラムを実施しました。

参加者は、講師の指導のもと、自身に合わせて調整したアシスティックを使用してストレッチや動きづくりを実践しました。また、アプリを用いて教室開始前と終了後の姿勢を確認し、その変化や改善ぶりに驚く様子が印象的でした。



12月の社会体育行事カレンダー

| とよとみスポーツCLUB | 日付 | 時間 |
|---------------------|------------|-------------|
| レディースヨガ（女性限定・託児付き※） | 1日・15日（月） | 10:00～11:00 |
| やさしい筋トレ（男女共に参加OK） | 17日（水） | 19:00～20:00 |
| キッズエクササイズ | 12日・19日（金） | 15:30～16:30 |
| リズムボクシング | 3日（水） | 19:00～20:00 |

※ レディースヨガで託児をご希望の場合は、前週の水曜日までにお申込みください。
託児場所：子育て支援センター（終了後は11時20分までにお迎えをお願いします。）
予約先：豊富町保健センター ☎82-3761

○体育施設電話番号

・スポーツセンター 82-2659
・多目的運動場 82-3168

裏面は「社会教育だより」です



「豊富町公式LINEアカウント」

～町からのお知らせを掲載しておりますのでぜひ登録をお願いします～

