

しゃかいたいいく 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:kyouikuiinkai@town.toyotomi.hokkaido.jp



2024

8

月号

8月の社会体育施設休館日

定期休館日 (毎週月曜) 5・12・15・19・26日

※15日(木)「お盆」のため休館となります。

町民プール開館してます！

8月	全日 10:00～21:00 (使用は20:30まで)
9月	平日 13:00～21:00 (使用は20:30まで) 土日 10:00～17:00 (使用は16:30まで)

※毎週水曜日は「水に親しむ日」として無料開放いたします！

※休館日は社会体育施設休館日と同様になります。

※12:00～13:00・17:00～18:00は

清掃点検のため利用できません。



8月8日(木) もんちゃん水中ウォーキング

温水プールで関節にやさしい運動習慣を身につけよう！

●浮力…関節の負担軽減 ●水圧…血流・むくみ改善、呼吸機能改善

●抵抗…負荷が自在 ●水温…代謝アップ

【時 間】14:00～15:00 (受付13:30開始)

【講 師】門間奈月 先生(もんちゃん)

【場 所】町民プール 【参加費】無料

【対 象】町内在住および湯治の方(※高校生以上)

【持 物】水着、水泳帽子、タオル

【申 込】電話受付(定員10名) 締切日:8月5日 17:00まで

※ご予約・お問合せ ⇒ ☎0162-82-1355 (社会体育係)



8月の社会体育行事カレンダー

とよみスポーツCLUB (会場:ふらっと★きた)

クラス名	日 付	時 間
レディースヨガ (女性限定・託児付き)	5・19日(月)	9:30～11:00
フィジカルアップ (男性限定)	23日(金)	19:00～20:00
リズムボクシング	7日(水)	19:00～20:00
キッズエクササイズ	23・30日(金)	15:30～16:30
ナイトウォーキング	22日(木)	18:30～19:30

★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

カラダづくり体操 in ふらっと★きた 開催中！

◎運動・活動不足解消におススメ！

無理なくカラダをほぐすストレッチや、筋肉を鍛える簡単な体操を行います。

【日 時】8月14・28日(水) 10:30～11:30

【場 所】ふらっと★きた 多目的ホール

【申 込】当日受付

【参加費】無料

【持物・服装】上履き、動きやすい服装飲み物



主催:豊富町教育委員会 社会体育係

○体育施設電話番号

・スポーツセンター 82-2659

・プール 82-2675

◇裏面は「社会教育だより」です◇

・多目的運動場 82-3168



「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。

