

令和3年度 一万人寒稽古開催

新型コロナウイルス感染症状況により開催出来ませんでしたが、2年ぶりに、柔道・空手道・剣道・居合道・空道・合気道の6種目による寒稽古が開催されました。

“酷暑を克服して稽古に励み、逞しい体力と気力を養うべく”古来より伝統として『寒稽古』を本協議会に加盟する武道館の共通の事業として実施することにより、地域における武道の一層の発展、充実を期するとともに青少年の健全育成を図り、さらには武道愛好者相互の連携を深めることを目的としています。

参加者数210名が、寒い中元気に稽古に励みました。今年も武道愛好者としての活躍と、名取市の愛好者が増えることを期待しております。

- 日 程：令和4年1月9日（日）
 会 場：名取市関上小中学校体育館及び武道場
 種 目：柔道・剣道・居合道・空手道・空道・合気道
 参加対象：小中学生・高校生・一般
 主 催：宮城県公立武道館協議会
 NPO法人名取市体育協会
 後 援：（財）日本武道館・宮城県武道協議会
 全国都道府県立武道館協議会
 名取市教育委員会
 主 管：名取市柔道協会・名取市空手道協会
 名取市剣道連盟・名取市空道協会
 名取市合気道協会



《 合気道 》



《 空道 》



《 居合道 》



《 空手道 》



《 剣道 》



《 柔道 》

おうちで簡単トレーニング♪

講師：高橋もゆる氏

(信用堂スポーツ企画 代表)

もゆる氏よりメッセージ

自粛生活が長引き、閉じこもりによる心身の機能低下という弊害も深刻に懸念されております。姿勢が悪くなったり体重が増えたりしていませんか?!運動で心も身体も元気を取り戻して行きましょう。キツイ運動でなくても継続することで効果が出ます。

自分にあった運動を生活習慣として継続的に取り組んでみましょう!自粛が解けていざ外へという時に身体が思うように動かないなんてことのないように、いつやるの?!今でしょ! (^-^)

▼タオル運動

①・②ともタオルがたるまない様に、軽く外側に引っ張りながら行います。

手だけの運動にならないようにお腹に力を入れて肩甲骨を動かします。

①ショルダープレス

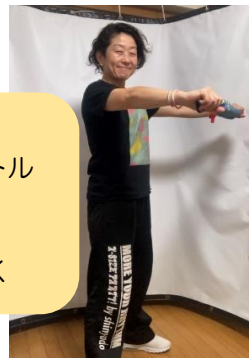


もの足りない方は、
タオルをペットボトル
等に持ち替る
逆にキツイ方は
椅子に座ってもOK



両手でタオルの両端を持ち、首の後ろで肩に担ぐように構える。そこからタオルを水平のままゆっくり上下に動かします。

②チェストプレス



両手でタオルの両端を持ち胸の前で構える。そこからタオルを水平のままゆっくり押し
たり引いたり前後に動かします。

◀足腰・体幹の運動

片足で立ったまま、駆け足するように両手を大きく振りながら浮いてる足を大きく引き上げたり、後ろに引いたりをバランスをとりながら繰り返す。

もの足りない方は、
手足を大きく動かしたり、重心
を低くして強度を上げて挑戦♪



楽天球団からベースセット寄贈

令和4年2月9日(水)、名取市文化会館において、名取市に対し、株式会社楽天野球団から楽天イーグルスロゴ入りベースセットの寄贈がありました。これは、東日本大震災を風化させず、東北から元気を発信するために楽天野球団が始められた「がんばろう東北シリーズ」の企画によるものです。今後は十三塚公園内にある名取市民球場に設置致します。

- ・少年用塁ベースセット1組



● 名称変更のお知らせ

当協会は、令和4年4月1日付で名称を『名取市スポーツ協会』に変更させて頂くことになりました。
これからもスポーツ振興発展に取り組んで参りますので、引き続きご愛顧賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

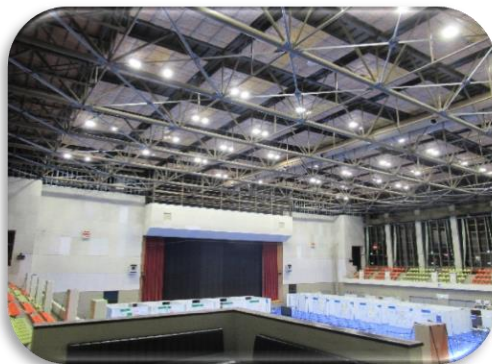
旧名称：名取市体育協会

新名称：名取市スポーツ協会



● 市民体育館アリーナ照明LED化について

地震により、アリーナ照明が破損したことを受け、照明すべてLED化に致しました。
従来よりも格段に明るくなりました(^_^)ワクチン接種会場が終わり次第、アリーナをご利用いただければと思います！
今後も、新型コロナウイルス感染症等の拡大防止に向けて運営してまいります。検温やマスクの着用、手洗い等のご協力・ご理解をお願い致します。



● 東京オリンピック聖火リレートーチ展示

名取市庁舎 正面入り口に展示していた、オリンピック聖火リレーのトーチを体育館内にて展示することとなりました。聖火リレーの写真とともに展示しておりますので、ご来館際はぜひご覧ください。



体育館利用者からの絵手紙の紹介

先日、体育館を利用した方から絵手紙を頂戴しましたので、写真にてご紹介させていただきます☆

とても可愛い絵手紙ありがとうございました。これからもご来館の皆様が快適に利用できるように努めて参ります。

職員一同



4月からの新職員の紹介

3月から勤務しています。

先輩方からたくさん学ばせていただき、早く仕事を覚えたいです。

地域の方々をはじめ、体育館を利用される方々に貢献できるよう精一杯頑張りますのでよろしくお願い致します。

猪股 佳奈

Information

令和4年度体育施設貸切使用申請の受付について

令和4年度の体育施設の貸切使用申請を2月22日(火)午前8時30分から受け付けております。

《対象の体育施設》

- ①市民体育館（アリーナ、武道場など）
- ②十三塚公園体育施設（球場、陸上競技場）

《申請受付場所》

市民体育館 事務室

《受付時間》

午前8時30分～午後5時00分（年末年始以外）

《体育施設の申請受付期間》

①市民体育館（アリーナ、武道場）

利用日の6ヶ月前から利用する月の前月10日まで（市民及び市内機関・団体）

利用日の3ヶ月前から利用する月の前月10日まで（市外利用者及び市外機関・団体）

※例：6月に利用する場合は、5月10日までが申請受付期間になります。

②十三塚公園体育施設（球場、陸上競技場）

利用日の6ヶ月前から利用日の3日前まで（市民及び市内機関・団体）

利用日の3ヶ月前から利用日の3日前まで（市外利用者及び市外機関・団体）

◎令和4年度の有料体育施設の空き状況については、「名取市体育協会ホームページ」に掲載していますので、ご確認ください。（<http://natori-taikyou.or.jp/>）



編集後記

昨年に引き続き、新型コロナウイルスの感染拡大でほとんどの事業が開催されずに現在に至っております。
今年度こそはと期待しているところです。
新型コロナウイルスの収束を願うばかりです

(T・T)

【問い合わせ】

NPO法人名取市体育協会（名取市民体育館内）

住所：〒981-1224

宮城県名取市増田字柳田250

TEL：022-384-3161

FAX：022-384-3163

E-MAIL：taikyou@natori-taikyou.or.jp

