

日没が早くなりました。仕事の帰り道や夕方からのお出掛けの際は、早めのライト点灯を心がけましょう。

【総合型地域スポーツクラブミーティングのお知らせ】

■平成28年度総合型地域スポーツクラブミーティング

みえ広域スポーツセンターでは、県内の総合型地域スポーツクラブ関係者の交流やクラブ間の連携強化を目的として、総合型地域スポーツクラブミーティングを開催します。

日 時：平成29年3月11日(土) 13:30~16:30

会 場：三重交通G スポーツの杜 鈴鹿 水泳場会議室
(鈴鹿市御園町1669番地 TEL：059-372-8850)

参加対象者：総合型地域スポーツクラブ関係者、各市町生涯スポーツ担当者
※総合型地域スポーツクラブの一般会員さんも奮ってご参加ください。
※実技研修会のみ参加も可能です。

定 員：50~60名程度

内 容：①実技研修会 「姿勢改善ストレッチ教室」
生活習慣病の予防改善に背骨のお手入れを始めませんか？背骨健康法と食からの健康づくりを応援します。
姿勢の歪みチェックや背骨ストレッチをしたり、背骨に関わる健康法のお話などをしていただきます。

[講師] 金川 久恵 氏 (カラダプロデューサー・有緝あそびくらぶ(伊勢市)指導者)



②意見交換会

会員拡大に向けた各クラブの取組や、その他課題(活動場所や財源確保等)について、自由に意見交換する場とします。

日 程：13:00~13:30 受付
13:30~13:40 開会行事
13:40~13:50 準備運動・説明
13:50~15:20 実技研修会(休憩含む)
15:20~16:20 意見交換会
16:20~16:30 閉会行事

持 ち 物：運動の出来る服装、ヨガマット(なければバスタオル)、タオル、飲み物

申 込 方 法：下記HPに添付の参加申込書をメールまたはFAXにて「みえ広域スポーツセンター」へ提出してください。
[e-mail：m-kouiki@pref.mie.jp FAX：059-372-3518]

申 込 期 限：平成29年2月10日(金)

問合せ先：みえ広域スポーツセンター
鈴鹿市御園町1669番地 三重交通G スポーツの杜 鈴鹿
TEL：059-372-3519 FAX：059-372-3518
E-mail：m-kouiki@pref.mie.jp

詳しいことは、三重県地域連携部スポーツ推進局のHPをご覧ください。
(<http://www.pref.mie.lg.jp/D1SPORTS/73102045178.htm>)



【講座のお知らせ】

■高齢者のためのスポーツ・レクリエーション支援講座 ～プログラムの体験と支援のコツ～
(三重県委託事業)

運動が得意でない人、運動習慣のない人にも、体を動かす心地よさを味わってもらえるようなプログラムを体験し、対象者のやる気を引き出すコツを習得します。

期 日：平成29年1月20日（金）19:00～20:45（受付18:45）

会 場：三重県総合文化センター フレンテみえ セミナー室A

対 象：17歳以上で興味のある方ならどなたでも

受講料：無料

講 師：小久保 信幸 氏（公益財団法人日本レクリエーション協会 マネージャー）

申込み：平成29年1月16日（月）まで（定員になり次第締め切り）

問合せ先：一般社団法人三重県レクリエーション協会事務局
津市島崎町3-1 三重県島崎会館内
TEL：059-246-9800 FAX：059-246-9801
E-mail：mie-rec@zvtv.ne.jp

詳しいことは、一般社団法人三重県レクリエーション協会のHPを
ご覧ください。(<http://www.mie-rec.org/>)



【発行】

みえ広域スポーツセンター
三重県地域連携部 スポーツ推進局 スポーツ推進課 企画・地域スポーツ推進班（鈴鹿市駐在）
〒510-0261 三重県鈴鹿市御園町1669番地（三重交通Gスポーツの杜鈴鹿）
TEL：059-372-3519 FAX：059-372-3518 E-mail：m-kouiki@pref.mie.jp
URL：<http://www.pref.mie.lg.jp/D1SPORTS/000180464.htm>

みえ広域
スポーツセンター

