

スポーツ三川

三川町体育協会主催スポーツ教室 ～講演会のお知らせ～

アスリートをささえる食事の基本

どのくらい食べたらいいの？どうやって食べたらいいの？

講師 **いなやま たかよ**
稲山 貴代 氏 (首都大学東京 人間健康科学研究所)



栄養学をテーマに、バランスの良い食事のとり方や食べ物に含まれる栄養素を知り、スポーツをするうえで、よりパフォーマンスができる体づくりを目指してみませんか。ご参加をお待ちしています。

- 【日 時】 平成30年2月18日(日) 午後1時30分～午後4時(受付 午後1時～)
- 【会 場】 三川町公民館
- 【対 象】 小学5年生～中学生とその保護者、スポーツ指導者、興味のある三川町内在住在勤者、三川町体育協会加盟団体 ※参加無料です。
- 【申込み】 2月15日(木)まで電話または直接町民体育館に申込みください。
- 【問合せ】 三川町体育協会事務局(町民体育館内) 担当 阿部



定期的に体育施設をご利用になりたい方へ

4月以降、体育施設を定期的に利用希望の場合、継続・新規に関わらずスポーツ団体の「登録申請書」の提出が必要ですので、「定期使用申込書」と併せて期日まで町民体育館へ提出してください。

また、「登録申請書」を提出した団体代表者を対象に使用調整会議を行い、利用に関する注意点の説明や希望日時が重複した団体との調整を行います。

お問い合わせは、町民体育館 阿部までお願いします。

- 登録申請書等提出期日 2月 8日(木)
- 体育施設使用調整会議 2月22日(木) 午後7時～ 三川町公民館 第1・2研修室



みかわスポーツクラブ 会員交流ボウリング大会

会員以外の方もご参加できます！

【日時】 2月9日(金)
 受付 午後6時～
 ゲーム開始 午後6時30分～
 【会場】 ヤマテボウル(鶴岡市)
 【参加料】 1人1,500円(当日持参ください)
 【締切】 2月5日(月)
 【申込み・問合せ】
 みかわスポーツクラブ事務局
 (町民体育館内) 担当 今井



三川町体育協会事業 ダブルス卓球大会

【日時】 3月4日(日) 午前9時～
 【会場】 町民体育館
 【種目】 小学生親子の部、中学生親子の部、フルオープン(制限なし)
 【参加料】 無料
 【対象】 町内在住・在勤者(小学生以上可)
 【締切】 3月1日(木)
 【申込み】 三川町公民館または町民体育館で申込用紙を受取り、必要事項を記入のうえ提出してください。
 【問合せ】 三川町体育協会事務局(町民体育館内) 阿部

がんばりました！

寒稽古開催

1月23日(火)～28日(日)、毎年恒例の寒稽古が開催されました。柔道・剣道・空手道の3道合同で行われ、最終日の納会では幼稚園児から小中学生まで計66名が参加し、日頃の鍛錬の成果を披露しました。結果は右記のとおりです。



【最優秀賞】	大瀧 晴貴	五十嵐 唯人	政木 はな
【優秀賞】	政木 慶太郎	梅津 美佑	須藤 蓮太
【進歩賞】	本間 恵和	恩田 唯斗	
	菅原 藍	野澤 賢史	〈剣道〉

【最優秀賞】	太田 里奈	寺岡 翔航	庄司 元気
【優秀賞】	大沼 拓海	佐藤 結望	大瀧 智晃
【進歩賞】	島田 海奈	太田 陽翔	佐藤 謙
	佐藤 匠	大瀧 夏音	
	島田 剛輝	島田 歩希	〈柔道〉

【最優秀賞】	峯尾 航輝	五十嵐 芽愛	本間 珠涼
【優秀賞】	五十嵐 瑞人	阿部 偉大	高橋 悠介
【進歩賞】	松澤 夏穂	五十嵐 悠人	
	今野 汰音	片桐 愛夢	〈空手道〉

ぐんぐん上達したよ！ スキー教室開催

1月21日(日)、湯殿山スキー場において「第43回三川町子ども及び町民スキー教室」が開催されました。参加者はスキークラブ員指導のもと様々なコースを滑り、短い時間ながらも一歩も二歩も上達し、思う存分スキーを楽しみました。



三川中野球部が奉仕活動！ アスレなの花を綺麗に

三川中野球部陪員が、日頃練習場所として使用している「アスレなの花」で奉仕活動を行いました。寒いなかでしたが、部員同士協力しながら丁寧に清掃し、綺麗になりました。ありがとうございました。

