

スポーツ三川



Sports MIKAWA

2月1日発行

上手に滑ることができました！

三川町子ども・町民スキー教室



1月15日(日)、湯殿山スキー場において「第48回三川町子ども及び町民スキー教室」が行われ、町内の小学生から大人までの41名が参加しました。参加した児童からは「楽しかった」「もっとリフトに乗って滑りたい」という声が聞こえ、一歩も二歩も上達し、思う存分スキーを楽しみました。



三川町体育協会事業

三川町ダブルス卓球大会

- 【日 時】 3月5日(日) 午前9時～
- 【会 場】 町民体育館
- 【種 目】 小学生親子の部
フルオープンの部(中・高・一般)
- 【参加料】 無料
- 【対 象】 町内在住・在勤者(小学生以上可)
- 【締 切】 2月24日(金)
- 【申込み】 三川町テオトル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。



※大会参加者は、3月4日(土) 午後7時～町民体育館で練習できます。

コロナウイルス感染状況により、シングルスに変更、または中止になる場合がありますのでご了承ください。

冬の運動前は 準備運動を念入りに！

冬は身体が冷えて硬くなり、運動の際怪我のリスクが高まります。寒い時期に一番多い怪我が肉離れとされています。また、関節も硬くなっているため急な運動は捻挫や脱臼を起こしかねません。

また、寒い場所での活動は体温の低下を防ぐとして血管が収縮し血圧が上昇します。血圧の上昇は心臓にも負担をかけ、狭心症や心筋梗塞など、心臓疾患の原因にもなります。

怪我や疾患を防止するには運動前にしっかり身体を温めるために準備運動を入念に行うことを心掛けましょう。



バスケットボール競技 全国の舞台で大奮闘!!



1月4日(水)～1月6日(金)愛知県にて「第11回U15クラブバスケットボールゲームス」が開催され、山形県代表として青龍バスケットボールクラブ 坂勇杜君(袖東町)が出場しました。

1日目1回戦、2回戦と順調に勝ち進み2日目の3回戦で惜しくも敗退となりましたが、全国の舞台で日頃の練習の成果を十分に発揮してきました。



三川町グラウンド・ゴルフ協会

令和5年度会員加入申込について

グラウンド・ゴルフは、専用のクラブ・ボールを使用して、ゴルフのようにボールをクラブで打ち、ホールポストにホールインするまでの打数を数えます。高度な技術を必要とせず、ルールも簡単なことから初心者でもすぐに取り組みます。気軽に見学・体験に来てください。

グラウンド・ゴルフ協会会員の皆様はもちろんですが、愛好者の皆様の加入をお待ちしています。

- 【年会費】：① 3,200円(2,000円+保険料1,200円)
 ② 3,850円(2,000円+保険料1,850円) 65歳未満(S33.4.2以降生まれの方)
 ③ 2,000円 保険に加入しない方

【締切】：3月4日(土)まで年会費を添えて、町内会担当理事まで

【問合せ先】：三川町グラウンド・ゴルフ協会 事務局 石川 TEL66-4428



新型コロナウイルス感染予防!



体育施設の利用上の注意点について



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、体育施設の利用については次のとおり対応くださるようご理解とご協力をよろしくお願いします。

- 身近(勤務先や学校等)で感染が発生している場合や、発熱(37.5℃以上)などにより体調が優れない方はご利用を控えてください。
- 検温・手指消毒・プレー中以外のマスク着用を徹底してください。ただし、熱中症予防の観点から状況に応じてマスクの着脱をお願いします。
- 3密(密閉、密集、密接)の状態にならないようにしてください。