

# スポーツセンターだより

発行第 425 号

2021年11月25日

島牧村若者総合

スポーツセンター

74-5303

## 12月のアリーナ使用予定



2021年も残すところあと一月となりました。

今年は新型コロナの影響を受けながらも、ワクチン接種が進んだり、東京オリンピック・パラリンピックが1年越しで開催されたりと様々なことがあった1年でした。

近頃は新型コロナ感染者数も落ち着いていますが、寒くなってきてインフルエンザも流行しだすので、健康に新年を迎えられるようにみなさんもお自愛ください。



### 冬至といえば

12月22日は1年で最も日が短くなる冬至です。冬至の日にはかぼちゃを食べるなど様々な風習がありますが、ゆず湯に入浴するというのもその一つです。

この風習は、江戸時代から始まったもので、「冬至」と「湯治」をかけており、ゆずにも「融通がきく」（＝体が丈夫）という意味をかけてお風呂屋さんが始めたそうです。

ゆずには風邪予防や保湿に良いとされる成分が豊富に含まれているので、あたたかいゆず湯につかってこれからの寒い時期を乗り越えましょう。



## お知らせ

スポーツセンター年末年始休館日

令和3年12月31日(金)

）

令和4年1月6日(木)

通常利用開始は1月7日(金)からとなりますので、ご了承下さい。

13:00 15:00 17:00 19:00 22:00

1	水		14:00~17:30 児童クラブ	19:00~21:00ミニバレーボール 18:15~21:30柔道会
2	木		14:30~17:30バドミントン 14:00~17:30 児童クラブ	18:15~21:30柔道会 19:00~21:00バレーボール愛好会
3	金		14:00~17:30 児童クラブ	18:30~21:00バドミントン
4	土	9:00~12:00 バドミントン	12:30~16:30 柔道会	18:00~21:00 一般開放
5	日		13:00~17:00 一般開放	18:30~21:00バドミントン
6	月	休 館 日		
7	火		14:00~17:30 児童クラブ	18:30~21:00バドミントン 18:15~21:30柔道会
8	水		14:00~17:30 児童クラブ	19:00~21:00ミニバレーボール 18:15~21:30柔道会
9	木		14:30~17:30バドミントン 14:00~17:30 児童クラブ	18:15~21:30柔道会 19:00~21:00バレーボール愛好会
10	金		14:00~17:30 児童クラブ	18:30~21:00バドミントン
11	土	9:00~12:00 バドミントン	12:30~16:30 柔道会	18:00~21:00 一般開放
12	日		13:00~17:00 一般開放	18:30~21:00バドミントン
13	月	休 館 日		
14	火		14:00~17:30 児童クラブ	18:30~21:00バドミントン 18:15~21:30柔道会
15	水		14:00~17:30 児童クラブ	19:00~21:00ミニバレーボール 18:15~21:30柔道会
16	木		14:30~17:30バドミントン 14:00~17:30 児童クラブ	18:15~21:30柔道会 19:00~21:00バレーボール愛好会
17	金		14:00~17:30 児童クラブ	18:30~21:00バドミントン
18	土	9:00~12:00 バドミントン	12:30~16:30 柔道会	18:00~21:00 一般開放
19	日		13:00~17:00 一般開放	18:30~21:00バドミントン
20	月	休 館 日		
21	火		14:00~17:30 児童クラブ	18:30~21:00バドミントン 18:15~21:30柔道会
22	水		14:00~17:30 児童クラブ	19:00~21:00ミニバレーボール 18:15~21:30柔道会
23	木		14:30~17:30バドミントン 14:00~17:30 児童クラブ	18:15~21:30柔道会 19:00~21:00バレーボール愛好会
24	金		14:00~17:30 児童クラブ	18:30~21:00バドミントン
25	土	9:00~12:00 バドミントン	12:30~16:30 柔道会	18:00~21:00 一般開放
26	日		13:00~17:00 一般開放	18:30~21:00バドミントン
27	月	休 館 日		
28	火			18:30~21:00バドミントン 18:15~21:30柔道会
29	水			19:00~21:00ミニバレーボール 18:15~21:30柔道会
30	木		14:30~17:30バドミントン	18:15~21:30柔道会 19:00~21:00バレーボール愛好会
31	金	年 末 休 館 日		

公共施設はきまりを守りきれいに正しく使いましょう。