

# スポーツセンターだより

発行 第 476 号

2026 年 2 月 25 日

島牧村若者総合

スポーツセンター

74-5303

## 3月のアリーナ使用予定



寒さの名残を感じつつも、少しずつ春の気配が近づく3月。新しい季節の始まりに、健康づくりを意識してみませんか。まだ肌寒い日が続くこの時期は、無理をせず、日常生活に取り入れやすい運動がおすすめです。室内で行うストレッチや軽いエクササイズは、体を温めるだけでなく、気分転換にも効果的です。朝のストレッチで一日を気持ちよく始めたり、テレビを見ながら体を動かしたりするのも、無理なく続けられる方法です。少しずつ体を動かす習慣を身につけ、元気に新年度を迎えましょう。



## スポーツセンター 年間使用団体受付

令和8年度のスポーツセンター使用を希望される団体は、3月16日（月曜日）までに、スポーツセンター使用申込書により教育委員会までお申込ください。

なお、使用日時が重なる場合は調整させていただきます。大会等の開催の場合は、大会を最優先としますのでご了承下さい。

申込先 教育委員会生涯学習係  
電話 75-6273

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

※スポーツセンター使用の際は用具庫の整理整頓に心がけましょう。