

スポーツセンターだよ!!

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。