

NPO法人南部町総合型地域スポーツクラブ

ポネットちゃんだより

2023年 秋号

スポーツの秋 到来!!

トレーニングルームご利用のご案内

月~土 10:00~21:30 (木曜休館日) (営業時間)

日:祝日 9:30~19:00

金) ●大人 (高校生以上) (料

当日券 310円

回数券3,100円(11枚綴り)

月会員3,140円 年会員 31,420円

●中学生

当日券 200円

回数券2.000円(11枚綴り)

月会員2,090円 年会員 20,950円



当日券ご利用の方に限り、ポイントを集め ると、ポイント数に応じて、「体組成券」 「お風呂利用」「QUOカード」がもらえま

是非この機会にご利用ください☆ 実施期間 2023年12月15日まで

ロコトレNEO 2023年度第3期生募集中

ご自身のカラダをしっかりメンテナンス!姿勢を 整え、力強く歩ける足腰をつくります。ストレッ チポールやチューブを使って的確な運動で効果を サポート。運動前後の体力評価、ホームエクササ イズ付きです。

(対象) 50歳以上の方

(開催) 12月25日(月)~3月25日(月)

月曜日 14:00~15:30

(1クール全11回コース)

(料金) 8,800円(税込)/1クール 年会費1,100円 (募集人数) 15名(先着)

(会場) 南部町総合福祉センターしあわせ 2階 (新規の方のお申込み期間)

11月25日(土)まで

★筋肉の減退が気になる、ちょっとした段差でつま づく、膝や腰に不安がある等々…なかなか運動に踏 み出せない方!!皆さんと一緒に始めてみません か?



2023南部町いきいき100歳体操交流大会

10月5日(木)に農業者トレーニングセンターにて総 勢170名のご参加で開催しました。

2017年よりスタートしました当事業も7年目を迎え、 町内48カ所で開催されるようになりました。

交流大会はコロナの影響で4年ぶりとなりましたが、 たくさんの集落よりご参加があり賑やかな交流大会と なりました。

また、「健康長寿賞」で16名の皆様、「5年継続賞」 で18集落の皆様が陶山町長より表彰されました。

交流タイムでは、全員での「100歳体操」をはじめ、 国立音楽院南部校より音楽療法士さんをお招きし、唱 歌を歌ったり、体を動かす「若返りリトミック」を楽 しみました。

100歳体操を始められたいという集落がありました ら、お気軽にスポnetなんぶ事務局までお問い合わせ ください。(電話66-5400)





南部町こどものしごとにつながる学びの講座

子供達の将来の仕事を考えるきっかけづくりとして夏 休みに中学生を対象とし3つの講座を開講しました。

プログラミングとロケット発射体験

主に法勝寺中学校の科学部とのコラボ でペットボトルロケットの打ち上げや パソコンを使ってAIの基本を学びまし

プロ直伝本気の炒飯づくり

南部町の中華の名店いとが食堂の糸賀 様を講師にお招きし、炒飯作りを中心 に調理の体験の場と料理界のお話等普 段は聞くことができないようなお話を 聞かせていただきました。

ミュージシャンサプライズイベント

プロドラマーの横田誓哉さん、ベーシ ストの吉川衛さん、サックス奏者の前

田サラさん、ピアニスト のよっしーさんをお招き し、南部中学校、法勝寺 中学校の各吹奏楽部との セッションや音楽にまつ わる仕事の話を質問コー ナーを交えながら学びま した。







ジュニアチームNEWS

南部町剣道部南部清流館

西伯郡郡民体育大会 7月

6年生個人の部 準優勝 湯原 響 3位 西村 魁莉

5年生個人の部 坂田 蒼介

6年生女子個人の部 三鴨 柚奈

団体戦 3位

テニスクラブ

全国小学生大会鳥取県予選大会 4月 優勝 大谷 煌 3位 尾田 宗介

中国 日本ジュニアテニス選手権鳥取県予選大会 5月 準優勝 大谷 煌

RSKジュニア全国選抜ジュニアテニス選手権大会 3位 大谷 煌

第一生命全国小学生テニス選手権中国予選大会 6月

優勝 大谷 煌

U10 優勝

南部ジュニアサッカークラブ 西伯郡郡民体育大会 6月 U12 準優勝 U10 準優勝 おだいばカップ 7月 U11三位グループ優勝 Young Challenge Cup 8月





夏休みを楽しもう 夏の大冒険イベント

小学生を対象とした夏休みイベントを開催 しました。

大自然の中での体験は、子ども達にとって よい経験となり、思い出いっぱいの夏休み になったのではないでしょうか。

大山でピザづくりとクラフトワーク カヌーとオリエンテーリング 古民家でごはんづくりと川のぼり





昼食の準備は自分たちで

おいしいピザを作りました









はじめてのカヌー体験

グラウンドゴルフ倶楽部

2023.7.18 朝鍋ダムGG場

1位 藤本

2位 斉鹿 悟登

竹田 英和





3位 石倉

2023.9.19 さふく水辺公園 1位 吉岡 2位 藤本 幸子

2023年度 替助会員様 追加 9月30日更新 敬称略

株式会社ティビィエム

2023年度 特別賛助会員様 追加 9月30日更新

有限会社マツモト



スポnetなんぶ 事務局 (受付) 月曜日~土曜日 10:00~19:00 (木曜日休み)

〒683-0351 西伯郡南部町法勝寺 331-1 (南部町総合福祉センターしあわせ内)

電話 0859-66-5400 ホームページ http://www.suponetnanbu.jp







