

スポーツの秋
到来！！

トレーニングジムのご案内

(営業時間) 月～土 10:00～21:30 (木曜休館日)
日・祝日 9:30～19:00

(料 金) ●大人 (高校生以上)

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

ポイントカード実施中



当日券、回数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、「入浴」「トレーニングジム」のご利用(1回無料)ができます。

是非この機会にご利用ください☆

実施期間 2025年12月28日まで

夏の疲れや

カラダのメンテナンスに効果あり！

秋におすすめのフロアプログラム

おすすめ！のプログラムを先生の写真とともにご紹介いたします。ヨガマットやストレッチボールの無料貸出もあります！

ご参加の場合ご入会(年会費1,100円)が必要です。どのプログラムも1回に限りご入会不要で体験ができます。

(参加費、要事前申込)



niko yoga

運動量が少し多めのテンポのよいヨガでココロもカラダもスッキリ！カラダの引き締めやダイエット効果もあります。

(開催) 火曜日19:30～20:30

(対象) 大人

(参加費) 700円/1回

(定員) 20名(当日先着)

(会場) しあわせ2階

👉 スタッフいちおしポイント

リラックスできる雰囲気の中で初心者の方でも気軽に参加できます！



エアロ・フィットネス

有酸素運動+筋トレ+ストレッチ！これから身体づくりを始められる方にオススメのレッスンです。

(開催) 水曜日19:15～20:15

(対象) 大人

(参加費) 500円/1回

(定員) 15名(当日先着)

(会場) しあわせ2階

※室内用靴をご持参ください

👉 スタッフいちおしポイント

心地よい汗をかいてリフレッシュできます！ダイエットにも効果的です！



はじめてのピラティス

姿勢改善、骨盤の歪み改善、ダイエット効果、ストレス軽減、むくみ解消にいかがですか？ピラティスで、体幹を強化し、背骨や骨盤の位置を整えましょう。椅子に座ったり、ストレッチボールやボールを使って行います。

(開催) 水曜日10:30～11:30

(対象) 大人

(参加費) 700円/1回

(定員) 15名(当日先着)

(会場) しあわせ2階

👉 スタッフいちおしポイント

和やかで楽しい雰囲気のなか、呼吸や動きを意識して身体を整えていきます！



南部町夢につながるこどものしごと講座

子ども達の将来の仕事を考えるきっかけづくりとして小中学生を対象とし下記の講座を開講しました。

夏休みの社会科見学

「南部町の会社」ふしぎ発見ツアー

7月31日に「TVC(株)&(株)鳥取CLT」ツアー、8月20日に「グリコマニファクチャリングジャパン(株)鳥取工場&グリーンパーク大山ゴルフ倶楽部」ツアーを実施しました。計37名の小学生が、普段は見ることのできない製造工程や工場ラインや施設内を見学させていただくなど貴重な体験をさせていただきました。ご協力いただきました企業の皆様有難うございました。



(株)鳥取CLTでの様子



グリーンパーク大山ゴルフ倶楽部での様子

法勝寺焼伝統陶芸体験

8月20日に創業明治36年「法勝寺焼松花窯」五代安藤愉理さんを講師に町内の中学生12名が伝統陶芸の知識と技術を学びました。

講師の経歴や作品が出来上がるまでの工程を施設の見学を交えて聞いた後は、陶芸体験にも挑戦しました。今回の体験で法勝寺焼の特徴や魅力を学ぶことができ、体験で作った作品の1か月後の焼き上がりが待ち遠しく感じました。



電動ろくろに挑戦中

100歳体操

今年度、賀祥・長田・原の3集落が新たにスタートして現在は町内55箇所で実施していただいています。100歳体操に参加されて、健康意識が高まったという嬉しいお声も届いています。今後始めてみたいという集落がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

グラウンドゴルフ倶楽部

2025.7.15 朝鍋ダムGG場

- 1位 福井 毅
- 2位 安達 益江
- 3位 野口 和博



2025.9.16 ささふく水辺公園

- 1位 藤本 幸子
- 2位 福井 毅
- 3位 岡村 勝美

ジュニアチームNEWS

南部ジュニアサッカークラブ

- ・フジパン中国大会 7月 ベスト16
- ・ガイナレ杯 (U11) 8月 第3位
- ・CILIFETY杯 (U12) 8月 第3位



ZERO ONE TOTTORI

・第52回西部地区陸上選手権大会 (7月)

小学生男子 3・4年 100m 8位 松川 隼也

5・6年 100m 6位 門脇 悠星

走幅跳 5位 杉嶋 治知

走高跳 5位 門脇 悠星

小学生女子 1・2年 50m 3位 米原 李虹

6位 田村 依央

5・6年 100m 7位 渡部 心結

800m 4位 村上 愛花

ジャベリックボール投 1位 村上 愛花

・第56回県ジュニア陸上競技選手権大会 (8月)

小学生男子 5・6年 走幅跳 8位 杉嶋 治知

小学生女子 5年 100m 4位 渡部 心結

5・6年 走幅跳 7位 岩本 千花

ジャベリックボール投 2位 村上 愛花

彼岸花ウォークラリーin南部町

9月23日に総勢78名の皆さんが参加されました。地図を頼りに客神社、長田神社、法勝寺温泉、鳥取グリコ裏の4カ所のチェックポイントでスタンプを集めながら約4kmの道のりを歩かれました。彼岸花の赤い花びらがちょうど初秋の風景を彩りはじめた時期で、チェックポイントの地図をみながらウォーキングを楽しめました。エイドステーションの梨や完歩賞の古代米おにぎり、豚汁も楽しめました。



法勝寺川土手の彼岸花



エイドステーションの梨は大人気!

申込窓口

受付:月曜日～土曜日/10:00～18:00 (木曜日・祝日除く)

(木曜休館日)

スポnet なんぶ 事務局

〒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)

TEL 0859-66-5400

<https://www.suponetanbu.jp>



ホームページ



Instagram