

6月からようやく学校が再開となりましたね。久しぶりで友達と会えたり、みんなで勉強ができたり、楽しい学校生活を過ごしていることと思います。でも、まだまだ他県では新型コロナウイルスが流行しています。テレビや新聞などで毎日目にする不安になりやすいですね。

今回のさがスポ新聞ではウイルスにかからない、広げないために守ってほしい4か条をお伝えします。

- ①石けんをつけてしっかりと手洗いを！帰宅後や食事の前など家族みんなで徹底しましょう。
- ②せきエチケットを守ろう！マスクは隙間がないように正しくつけましょう。
- ③こまめな換気をしよう！密閉した空間では部屋の窓を大きく開けて20分に1回

## コロナウイルスに負けないぞ！



は空気の流れ替えをしましょう。

- ④検温の習慣をつけよう！体調の悪い時にはおうちの人や先生に必ず伝えましょう。

栄養のある食事や睡眠もとても大切です。コロナウイルスに負けない体づくりを心掛けて、この時期を乗り切りましょう！

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をお願いします

### 密を避けて外出しましょう！

- ①換気の悪い密閉空間
- ②多数が集まる密集場所
- ③近所で会話や発声をする密接場面

新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。イベントや集会で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。

3つの条件がそろった場所がクラスター(集団)発生のリスクが高い！

※3つの条件のほか、共用で使う物品には消毒などを行ってください。

首相官邸 厚生労働省 厚生労働省 コロナ

### 野球で遊ぼう！ Tボール教室開催

10月、11月に三国体育館と春江体育館にて年長から小学3年生を対象にTボール教室を開催します。

ボールを捕る、投げる、打つ、走るといういろんな動きをTボールを通して遊びながら学ぶことができます。是非ご参加ください。

【三国教室】  
毎週月曜日(祝日除く) 全8回 四千円

【春江教室】毎週水曜日 全8回 四千円

17時〜17時50分

お申し込みはお問い合わせは各体育館まで。

## おしらせコーナー

### 楽しく歩けるウォーキングコースをご提案します!!

三国運動公園や丸岡スポーツランドにてウォーキングコースを作成しています。運動不足解消におすすめです。

近日発表!!お楽しみに。

---

### スポーツ協会主催 教室再開について

6月1日より一般対象教室、7月1日より子ども教室を再開いたしました。教室のご参加に関しては「密集」「密接」「密閉」の3つの密が重ならないように注意を払うとともに、手洗い・うがいの徹底やマスクの着用等に配慮した対策を進めてまいります。

開催教室の詳細についてはHPをご覧ください。

---

### 参加者の皆さまへのお願い

- マスク着用をお願いします
- 手指の消毒にご協力ください
- レッスン中の会話は控え下さい

※こまめに水分補給をしましょう

安心してレッスンに参加するために皆さまのご協力をお願いします

(公財)坂井市スポーツ協会

◎編集者のつぶやき

いよいよ学校もスタートとなりました。この時期を健康に過ごすためには、「食べることも」大切です。夏野菜には元気のもととなる栄養がぎっしり詰まっています。好き嫌いせずもりもり夏野菜を食べて、健康的に楽しく過ごしましょう!

広げようスポーツの輪・和・話 (公財)坂井市スポーツ協会

坂井体育館 / TEL.68-0123  
三国運動公園 / TEL.82-5580  
丸岡体育館 / TEL.66-8920  
春江体育館 / TEL.51-4242

坂井市スポーツ協会 検索

教室の情報は [こちらから](#)

## CHECK! 体育館の照明をLED化しました!

当協会では、昨年度は丸岡町の今福体育館と春江町の春江体育館の競技場の電気をLED化しました!水銀灯からLEDにすることで、点灯してすぐに明るくなり、しかもこれまでよりも明るい中でプレーを楽しめます。

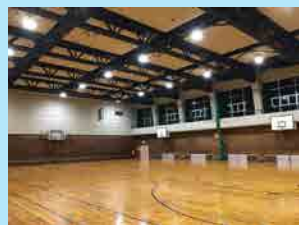
改修後は利用された皆様から、「とっても明るくなってビックリ!」「見違えるほど明るくなってすごく驚いた」「とてもプレーがしやすくなった」などのお声を多数いただいております。これからも皆様に気持ち良くスポーツを楽しんでいただけるように、各施設のLED化を計画的に進めていきます。今後たくさんのご利用をお待ちしております!!

【今福体育館】丸岡町今福13-27 ☎0776-66-4500

半面:600円/h(※市内者過半数であれば半額)

【春江体育館】春江町西太郎丸12-14 ☎0776-51-4242

半面:900円/h(※市内者過半数であれば半額)



今福体育館



春江体育館

## 運動不足の方必見!! トレーニングムービーの配信を 始めました!!



最近運動不足だな…  
運動したいのに  
なかなか外に  
出られない…

そんな  
あなたに!!



ご自宅でできる簡単なトレーニング方法の動画を4月から配信しています。  
トレーニング内容は1回につき約3分間。  
丁寧に説明しながら行きます。

家事の合間に、仕事中的気分転換にも是非。  
皆様の健康づくりのお役に立てたらと思います。  
一緒に汗をかいてココロもカラダもリフレッシュ!!



過去の配信  
はこちら!!→



←LINEの  
登録はこちら!!

左記のQRコードでLINEの「スポーツクラス 坂井市スポーツ協会」を友達追加!!配信は月に2回程度を予定しています。

## CHECK! 三国町編

人工芝グラウンドの  
アップ場も利用できます!!



「人工芝グラウンドを使ってみたい!」

「人工芝グラウンドで個人練習をしたい!」

そんな声にお応えして、三国運動公園人工芝グラウンドはアップ場だけの貸し出しも行っております!

コートはフットサルコートと同じ大きさで、フットサル用のゴールもお使いいただけます。ナイター利用も可能ですので、お仕事終わりや夏の涼しい時間帯での運動不足の解消や秘密特訓にも最適です!

気持ち良い人工芝で楽しくプレーしてみませんか? サッカーやフットサルの仲間での利用はもちろん、ご家族や個人利用も大歓迎です!!ぜひご利用ください。

※人工芝グラウンドが大会等開催の場合、貸出不可場合がございます。

【三国運動公園】三国町運動公園1丁目 ☎0776-82-5580

2,000円/h(※市内者過半数であれば半額)

## かけっこスクールの開催

対象 小学校1~6年生(男女)

定員 各教室30名

持ち物 動ける服装(スカート不可)、タオル、飲み物、内履き

受講料 1,500円 ※初回に徴収します。返金は致しません。

講師 井上裕介氏(スマイルINGスポーツクラブ)

申込方法 平日の9時~17時(土・日・祝は除く)に各教室申込先へ  
※教室開催場所と申込先は異なりますのでご注意ください。

夏の人気教室!!  
参加者募集

### 【三国教室】

8月4,6,7日  
(火・木・金)

時間/16:00~17:00

場所/三国体育館

☎82-5580(三国運動公園)

### 【丸岡教室】

8月3,5,7日  
(月・水・金)

時間/10:00~11:00

場所/今福体育館

☎66-8920(丸岡体育館)

### 【春江教室】

8月17,24,31日  
(毎週月曜日)

時間/16:30~17:30

場所/春江B&G体育館

☎51-4242(春江体育館)

走る時の  
姿勢

腕の  
振り方

足の  
使い方

速く走りたい、  
得意になりたい!!  
かっこよく、  
速く走れる  
コツ教えます!!

