

福光ビームライフル大会開催 1/19 (日)
静寂を切り裂く射撃音!

恒例となりました福光の冬の名物大会が福光体育館で開催されました。大会に先立ち、福光高校ビームライフル射撃部の生徒が模範演技を行い、将来の国体入賞を目指す腕前を披露しました。今年も中間賞、プービー賞のほか満点賞などの特別賞が設けられ、ビームライフル教室の受講生や一般の方々に混じり富山市など市外からの参加者もあり、入賞目指して腕前を競いました。初心者の方も教室で腕を磨き、国体出場を目指しませんか?



- 大会の成績**
- ・小学校3年生以下の部 **優勝** 三田 将輝 **次勝** 安達 芹果 **参勝** 松本 怜
 - ・小学校4年生以上の部 **優勝** 安達 愛唯 **次勝** 開 千珠 **参勝** 齋田 健人
 - ・一般の部 **優勝** 鍋嶋 遥香 **次勝** 三田 愛海 **参勝** 石崎 恵美
 - ・団体の部 **優勝** 南部っ子 (三田 将輝、松本 怜、三田 愛海)



新たに5つのスクールが仲間入り!
Let's Enjoy!

① なんと楽しい街歩き

城端線や市営バスなどを利用し、井波、城端、福野の街を訪れ、楽しく歩きます。ただ街を歩くのではなく、各地域の名所をめくり各地の魅力を探ります。初回(4/11)は、福光体育館で正しい歩き方講座を行います。以降の予定は次の通りです。

- 5/9 井波 瑞泉寺周辺
- 7/4 城端 善徳寺周辺
- 9/5 井波 高瀬神社周辺
- 11/7 福野 南砺園芸植物園周辺 (菊まつり観覧を兼ねます)



② 四季を楽しむ山歩き

講師の指導のもと、近隣の山々を楽しく歩きます。初回(4/13)は、体育館で山歩き講座とオリエンテーションを行います。以下の予定は次の通りです。
5/11 加賀市 富士写ヶ岳 9/28 高山市 福地山
7/20 八尾 白木峰 10/26 上市町 中山
どの山も2時間ほどで登れる山です。初心者の方も大歓迎です。



③ エンジョイスラックライン

綱渡りと言う一見難しそうなスラックラインですが、体幹を磨けば誰でも行うことが出来、オリンピックの選手もトレーニングに取り入れています。専任講師が指導しますので、体幹トレーニングの一つとして、チャレンジしてみませんか?



④ エンジョイトランポリン

スポーツデーでお馴染みのトランポリンを講師がやさしく指導します。初心者の方も気軽にお申し込みください。バランス感覚が高まることから、色々なスポーツ選手もメニューに取り入れています。



⑤ 「ゼロ」から始めるマラソン教室

2015年に開催される「とやまマラソン」の完走を目指します。まずは楽しく走ることからスタート! 文字通り「ゼロ」から始めるスクールです。スタートラインは、全員同じです。一緒に「とやまマラソン」を目指しましょう!

詳細は、折込のスクールプログラムをご覧ください。ホームページにも掲載しています
福光スポーツクラブ

さくらウオーキングで春を満喫!

日時 4月12日(土)
9:00 福光庁舎前出発
今年もさくらウオーキングを開催します。福光庁舎から小矢部川堤防を周回するコース(4.4km)です。昨年は大勢の参加者と共に満開の桜を堪能しました。今年も、好天の下満開の桜を愛でたいと思います。皆様のご参加をお待ちしています。
※詳細は広報などをご覧ください。



サポーター募集!

クラブの活動にご支援願います

昨年も多数の方々に温かいご支援を賜り心より感謝申し上げます。日頃より、教室やイベントを通し地域の皆さまの健康づくりと地域のコミュニティ作りに取り組んでおりますが、子どもたちのスポーツ活動の支援にも力を注いでおり、全国大会などの各種大会で活躍する選手が年々増え、頼もしく感じております。今後とも支援活動を行っていきたく思っておりますので、趣旨にご賛同いただけるサポーターの方を募集しております。

※運営資金の援助 1口 5千円(何口でも可)

ご協賛いただいた方々をHPや当紙面にてご紹介いたしますので、皆さまのご理解とご協力をお願い申し上げます。

お友達、ご家族お誘い合わせでご入会を!
新規会員募集

新年度にあわせ、福光スポーツクラブでは新たな会員を募集しております。日頃のストレスを解消したい方やメタボ気味の体をシェイプアップしたい方は、会員登録の上多彩なイベントやスクールにご参加いただき、健やかに明るい毎日を過ごしませんか? 市内屈指の充実したトレーニング機器を誇る、福光体育館のトレーニング室を無料でご利用いただけるほか、色々な会員特典をご用意してスタッフ一同心よりお待ちしております。

会員登録は自動更新されます

新規会員募集と合わせ、既に会員の皆様には引き続きご登録いただき、お友達やご家族をお誘い合わせの上、イベントやスクールにご参加下さいますようお願いいたします。

なお、継続される方は特別な手続きは不要です。

お引越しやご結婚などで**住所が変わられた方は**、事務局までお知らせくださいますようお願いいたします。



家庭婦人バレーボールという名のもとに、当クラブは始まり、最近名称が、ママさんバレーボールに変更されました。ママさんと聞くと、若い人が多く集まっているように思われるでしょうが、当クラブは“ちょっと前までママさん”という感じでしょか。

老いも若きも関係なく、毎週水曜・土曜日に楽しく活動しています。勝利にこだわっているものの、年々、歳をとる身体は正直です。ケガをせず、楽しく長く続けることもスポーツの大切な一面だと思います。ママさんバレーボールには、40歳以上の“シニア”、50歳以上の“いそじ”、60歳以上の“ことぶき”、70歳以上の“おふく”と、年代ごとに大会があります。大会出場を目標に、ずっと続けていきたいと思ひます。

活動場所 福光西部体育館
活動日 毎週2回（水曜と土曜日）



会員の皆さんが、軽スポーツで心地よい汗をかきながら、仲間と気ままな時を過ごすとともに、たちまち上手になれば、なりたい!という願いを込めて命名し、2002年秋にラージボール卓球を数名で始め、翌年にはフレッシュテニスを取り入れスタートしました。

活動場所 福光体育館アリーナ、卓球場
活動日 毎週2回（月曜日と木曜日）
月曜日 フレッシュテニス
木曜日 ラージボール卓球
※ シャフルボード、ペタンク、パターゴルフ等
活動時間 9:30~11:30
対象 60歳以上
会員数 13名（平成26年2月現在）
料金 無料（但し、福光スポーツクラブ会員）
その他 入会は随時



避難訓練 12月9日(月) 行いました。

利用者の方々にもご協力いただき、緊急時の通報や避難誘導等の訓練を実施しました。これからストーブ等を使用する季節となりますので、注意して取り扱っていきたく思ひます。ご協力いただいた皆さま、ご指導いただいた消防署員の方々ありがとうございました。

スタッフ紹介 どうぞよろしくお断りします!

福光体育館の事務局に新しいスタッフが増えました。谷村に代わり、体育協会の事務を主に行い、施設管理を担います。職員一同、快適な体育施設として頑張ります。



高田さん
スポーツを楽しみ健康で!!

Break Time

新年早々、富山第一（サッカー）優勝の興奮醒めやらぬうちに、冬期ノチ五輪と寝不足の毎日を過ごしたのは私だけではないと思ひます。羽生・上村両選手の気合の入った滑りから始まった五輪でしたが、残念なことにコースが難しく実力を発揮することなく散っていった選手も数多く見受けられました。しかしスポーツの力でも言うのでしょうか、見るものを惹きつける何かがありました。ルールがよく解らなくても、素晴らしいという事がわかるのです。またスノーボードのスロープスタイルなど、新しい種目も増えてスポーツの間口が広がりました。ところで新潟県柏崎市の曾地（そち）では2月7日に運動会が開かれたそうです。自分もオリンピックにあやかり春になったら自分の身体と対話してみようと思ひます。



NPO法人 福光スポーツクラブ事務局
南砺市福光体育館内
TEL 52-2831 FAX 52-7782
URL <http://www.fukumitsu-sc.com>
E-mail info@fukumitsu-sc.com

ご協賛いただいたサポーターの皆様をご紹介します。

フレッシー たか炎	リスト&リカー たかとん	イケダスポーツ	カラオケスタッフ マドンナ
ふくみつ華山温泉	みち草	ロコ21	ワタナベ薬局
片山工業(株)	株式会社オカベ	よろづや	赤池家具製作所
(株)石田組	(株)岩城自動車工業所	(株)オヤマ自動車	(株)ガスコムノムラ
(株)松本建材	株式会社森組	(株)喜八食品	株式会社久恵
神戸屋別館	三協立山(株)三協立山福光工場	紙居石油(株)	髪結いたけだ
谷村建具製作所	男子専科舟岡	嶋や酒店	松月
布の店にしむら	飲み食い処 さかえ	中越鉄工(株)	手打ちうどんどんたく
道の駅福光(株)	矢木接骨院	日嶋精型(株)	日西建材
(有)坂上松華堂	南仕出しセンター あらやま	焼肉おぼちゃん	安谷呉服店
		(有)精工社	(有)山崎冷菓

カラオケまんぷく	サングリーン おおはし	チューモク(株)	トナミロイヤルゴルフ倶楽部
かんにんや	たかたでんき	たこ八	めく森の郷
医王アローザ(株)	石崎家具	伊藤昆布店	上田写真館
(株)タイヤガーデン福光	(株)ベネフレックス	(株)ユーコム	(株)ロンウッド
(株)協栄モーターズ	(株)谷村電機工業	(株)電化のノハラ	(株)土居建設
川合田温泉	河合バット製作所	神田接骨院	喫茶和
白馬車	青龍	太嶋建設(株)	田中組
手打そば 萱笑	鯨海上磯石崎保険事務所	得能建設工業(株)	南砺石油(株)
日の出屋製菓産業(株)	福光農業協同組合	法邑接骨院	松本塗装工業(株)
山本紙茶店	(有)十力ダ印刷	(有)かじわ屋	(有)上坂運動具製作所
(有)和多屋呉服店	吉田燃料店	旅亭みや川	当クラブのホームページでもご紹介しております。