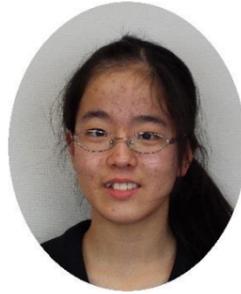




## 元気とやまスポーツ賞 ・ 教育委員会表彰 受賞!



永山 恵さん 岡田 愛彩さん 尾山 仁哉さん 谷田 優香さん

スポーツの指導や競技で功績のあった方を表彰する「元気とやまスポーツ賞 指導者部門」に野球少年団の永山さんが受賞されました。

また、スポーツや文化活動で活躍された方を表彰する「南砺市教育委員会表彰」に、ダンススポーツの岡田さん、ソフトテニスの尾山さん、相撲の谷田さんが受賞されました。おめでとうございます。益々のご活躍をお祈りいたします。



## 1/17 (日) 福光ビームライフル射撃大会



恒例のビームライフル射撃大会が、福光体育館で開催され、3部門（小学3年以下・4年以上・一般）での個人戦と、団体戦を行いました。今年もブービー賞、満点賞、あと一歩賞などユニークな特別賞が設けられ、教室の受講生や一般の方々が、入賞目指し腕を競いました。今年も昨年に続き、石川県からの参加がありました。初心者の方々も教室で腕を磨き、国体出場を目指してみませんか？ 独特の緊張感が漂う中、見事な集中力で接戦を制したのは、次の皆さんです。



- ・小学校3年生以下の部
  - 優勝 開 恒介 次勝 亀山 竜樹 参勝 竹田 航輝
- ・小学校4年生以上の部
  - 優勝 三田 将輝 次勝 齋田 健人 参勝 開 千珠
- ・一般の部
  - 優勝 鍋嶋 遥香 次勝 安達 愛唯 参勝 窪田 匠
- ・団体の部
  - 優勝 ブーブートリオ final (窪田 響、窪田 匠、鍋嶋 遥香)
  - 次勝 五年生 (三田 将輝、松本 怜、永井 琢磨)
  - 参勝 東部っ子 (齋田 健人、開 恒介、開 千珠)

## 貯筋運動教室

## 新規スクール紹介

## いきいき貯筋クラブ

筋肉は75歳で若い頃の半分になると言われ、中高年の方は、運動で筋肉を「貯筋」しておくことが大切です。お金は借りることができても、筋肉は借りることができないので、貯筋運動とスクエアステップ、コグニ運動で筋肉を蓄えます。膝を伸ばしたり、椅子から立ち上がるなど、道具も要らず手軽で簡単なトレーニングで、認知症の予防にもなります。「備えあれば憂いなし！」教室に参加して、身体の健康だけでなく脳の健康に役立ててください！

日時	月曜コース 13:30~14:30 金曜コース 13:30~14:30
場所	福光体育館 柔剣道場
回数	通年(4期)
料金	各コース 1,500円/各期



健康増進と仲間づくりを目的に、30分ウォーキングの後、シャフルボードやカラーリング、グラウンドゴルフなど月によって様々な種目に取り組みます。お花見ウォークや紅葉散策ウォーク、たくさん笑って身体も心も元気になる「笑いヨガ」など、楽しいイベントも盛りだくさんのスクールです。楽しく身体を動かし、心身ともに健康になりましょう！

定員	50名
日時	木曜日 9:30~11:00
場所	福光体育館 アリーナ
回数	通年(2期) 前期 4/7 後期 10/6 開講
料金	1,500円/各期



## シニア健康デー 4/12 開催!

## これっちゃん、ボケ防止になるか?

毎年秋に行われる福光スポーツデーよりも、更にシニア世代に的を絞り、介護予防にもなる体操を体験できるイベントを企画しました。午前中に行いますので、興味のある方はぜひご参加ください。

- 9:00 体力、肺活量、筋力、バランス、柔軟測定など
- 10:00 認知症予防運動の体験
- 11:10 あの名曲に合わせて健康体操!

日時：4月12日(火) 9:00~11:30  
場所：福光体育館

自称シニアの方じゃなくても参加できます。  
\* 内履きシューズを持参ください。  
\* できるだけ事前に申し込みください

## 祝 全国大会出場! \*

### 第27回都道府県対抗全日本中学生ソフトテニス大会 in 伊勢 3/26~

男子ダブルス 尾山 仁哉

### 第53回全国中学校スキー大会 in 富良野 2/2~

ジャイアントスラローム、スラローム  
山田 且、石崎 陽来、齋藤 優磨  
スラローム 朴木 和香奈

### 第65回全国高等学校スキー大会 in 青森 2/4~

ジャイアントスラローム、スラローム  
仲筋 圭吾、荒井 彩良  
スラローム 溝口 雄平

### 第71回国民体育大会 冬季大会 in 岩手 2/21~

ジャイアントスラローム (成年男子B) 古川 翔太、安達 郁朗  
ジャイアントスラローム (少年男子・少年女子) 仲筋 圭吾、溝口 雄平、荒井 彩良

### 第29回都道府県対抗ジュニアバスケットボール大会 3/28~

富山県代表 井口 栞奈

### 第15回全国小学生大会 in 千葉 3/29~

ソフトテニス ダブルス 石崎 陽太、永森 龍輝

## さくらウォーキング 4月9日(土)

9:00 福光庁舎前出発



この一年いろんなことがありました。辛いこと悲しいこと。そして嬉しかったことなど。川べりに咲く千本桜は、そんなみなさんをやさしく見守りながら、今年も満開の花を咲かせることでしょう。来年もそして何十年先も「小矢部川と千本桜、福光の変わらないものがここにあります。ご参加いただいたみなさんには軽い疲労と福光愛を持って帰っていただきたいと思います。お待ちしております。

# ご家族、お友達を誘ってご入会を！ 新規会員大募集

日頃のストレスを解消したい方や筋力アップを図りたい方は当クラブに入会しませんか？  
市内屈指の充実した機器を誇る福光体育館のトレーニング室を、**無料で**ご利用いただけます。スクールや多彩なイベントを通して、平凡な毎日をリフレッシュしませんか？  
色々な特典をご用意して心よりお待ちしております！！

## プログラムを ご覧ください！ 会員だけの特典！

- ①福光体育館の個人使用料 **無料**
- ②指定のスポーツ店での**商品割引**
- ③指定の入浴施設での**入浴料割引**
- ④イベントの**参加料割引** など

※福光プールの入館料割引は、廃止しました

割引施設が  
増えました！

## クラブにご支援いただけるサポーター募集中！

当クラブは、イベントや教室を通し地域のコミュニティ作りと市民の健康づくりに取り組み、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。  
今後とも支援をしていきますので、趣旨にご賛同いただけるサポーターを募集しています。

※ 運営資金の援助 1口 5千円 (何口でも可)

ご協賛いただいたサポーターの皆様をご紹介します。 当クラブのホームページでもご紹介しております。

アイ保険エージェンシー(株)	イケダスポーツ	カラオケまんぷく	チューモク(株)
ワタナベ薬局	かんにんや	たかたでんき	たご八
石崎家具	上田写真館	片山工業(株)	株式会社オカベ
(株)One to One	(株)石田組	(株)岩城自動車工業所	(株)喜八食品
(株)電化のノハラ	(株)土居建設	(株)船藤鉄工所	(株)松本建材
河合バット製作所	神田接骨院	神戸屋別館	三協立山(株)三協A社福光工場
田中組	谷村建具製作所	男子専科舟岡	中越鉄工(株)
得能建設工業(株)	南砺石油(株)	日本ソフテック(株)	布の店にしむら
福光農業協同組合	法邑接骨院	松本塗装工業(株)	道の駅福光(株)
(有)十カダ印刷	(有)かじわ屋	(有)上坂運動具製作所	(有)坂上松華堂

## サークル団体紹介 福光バスケットボールクラブ



私たち福光バスケットボールクラブは、福光地域住民を中心としたチームです。富山県バスケットボール協会に登録しており、定期的に試合もあります。自己のレベルアップだけでなく、少年団の指導もしています。  
20~30代が主力のチームですが、高校生も混ざり楽しく活動しています。  
バスケットボールが好きな方や、試合がしたい方は、気軽に遊びに来てください。

活動場所 吉江中学校体育館  
活動日時 水曜 20:30~21:30  
土曜 20:00~21:30



## スポーツ少年団 シュニア王選手権



## スポレクデー in なんと!

スポレクデー in なんと兼第9回ジュニア王選手権大会が、2月21日(日)福光体育館、福光中学校体育館で開催されました。

スポレクデーでは、卓球フェンスで作った迷路の途中、関門となるミニゲームを楽しむ「めろめろめいろ」が人気を集めていました。また、市スポーツ推進委員が考案したエアボールゲームやフレッシュテニスなどの体験ラリーもおこなわれました。

市内のスポ少団員が一堂に会したジュニア王選手権では、10個の玉をかごに入れる時間を競うスピード玉入れ、30秒間で積み上げた個数を競うトイレットペーパー積み、10メートル走などを行いました。

お世話いただいた少年団指導者、スポーツ推進委員、各スポーツクラブの皆様お疲れ様でした。



## Break Time

新しい国立競技場の計画がようやく動き出し、間もなくエンブレムも決まりそうな状況で、東京オリンピックが待ち遠しい感があります。リオオリンピックもあと4ヶ月後になり、続々と選手選考が進んでおります。日の丸を背負う重圧をはねのけ、自己ベストを目指して頑張ってくださいたいものであります。

今の時期としては、やはりプロ野球の話題でしょうか。今年からメジャーに移籍したマエケン、メジャーでの3千本安打の記録達成間近のイチロー、第1子が誕生したマー君やダルビッシュなど枚挙に暇がありませんが、皆さんの活躍を期待しております。日本では、セの金本、高橋、ラミレスやパの梨田などかつて大活躍した方々が監督として采配を振ります。野球賭博や薬物騒動を吹き飛ばす様なプロ野球の盛り上がりを楽しみます。

申し遅れましたが、このニュースレターは、隔月の発行から3ヶ月に1回になりました。チョッと時期遅れの記事になることもあります。ご容赦いただきたいと思います。



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](mailto:info@fukumitsu-sc.com)

トナミロイヤルゴルフ倶楽部	フッセル たか炎	リリーフ	しん&たか たく
めく森の郷	みち草	赤池家具製作所	医王アローザ(株)
(株)オヤマ自動車	(株)ガスコムノムラ	(株)タイヤガーデン福光	(株)ロンウッド
株式会社久恵	(株)協栄モーターズ	(株)第一ツアーズ	(株)谷村電機工業
株式会社森組	紙居石油(株)	髪結いたけだ	川合田温泉
鳴や酒店	松月	白馬車	青龍
手打ちうどんどんたく	手打そば 萱笑	鯨海上田石崎保険事務所	東田手袋商事
飲み食い処 さかえ	日嶋精型(株)	日西建材	日の出屋製菓産業(株)
矢木接骨院	焼肉おぼちゃん	安谷呉服店	山本紙茶店
(有)仕出しセンター あらやま	(有)山崎冷菓	(有)和多屋呉服店	旅亭 みや川