

結果報告

■市民バドミントン大会

3月6日さんぶの森中央体育館で市民バドミントン大会が開催され、男子12組・女子11組の46人の愛好家が集い日頃の練習の成果を発揮しました。

成績は次の通りです

男子1部優勝 野島・村田組
男子2部優勝 青木・藤木組
女子1部優勝 長谷川・藤田組
女子2部優勝 長谷川・郡司組

■山武市中学生サッカー大会

第3回山武市民サッカー大会が成東総合運動公園競技場にて3月6日(日)に行われました。天候に恵まれ、ベストコンディションの中、6人制の醍醐味を存分に味わい楽しそうにサッカーをしている選手達が印象的でした。

優勝 ACカラクテルB
準優勝 ACカラクテルA
第3位 ACカラクテルD
敢闘賞 成東中学校B



優勝チーム「ACカラクテルB」の皆さん

おたつしや運動教室

☆参加者募集!



年齢を重ねると誰でも筋力やバランス感覚が低下してきます。いつまでも健やかな毎日を送れるよう脳を活性化させ、足腰の筋力、バランス力、歩行能力を向上させましょう!

日程 7月5日・12日・26日、8月9日・23日、9月6日・22日、10月4日 火曜日(9月22日のみ木曜日) 全8回

時間 午前10時～正午

対象

- ①山武市に住所を有する65歳以上の方
- ②介護保険の対象とならない方
- ③主治医から運動制限をされていない方
- ④昨年度、本教室に参加されていない方

さんぶの森公園 施設使用料変更のお知らせ

平成23年7月1日から市内在住者及び市内在勤者のテントデッキおよびバーベキューピットの料金が変更になります。

施設	変更前	変更後
テントデッキ	2,100 円	3,150 円
バーベキューピット	530 円	1,050 円



バーベキューピット

定員 20人先着順(申込み者全員に、健康状態を確認するための質問票を郵送します。返信後、記入内容を確認し受講者を決定します)

場所 成東中央公民館3階講堂
内容 ストレッチや筋力トレーニング、歩き方、脳のトレーニングなどを行います。

※栄養・歯科指導が1回ずつあります。

参加費 無料

申込期限 5月18日(水)

申込・問い合わせ 健康支援課成人保健係

☎0479(80)8338

※10月から同じ内容で松尾IT保健福祉センターを会場として運動教室を実施予定です。詳細は広報8月号をご覧ください。

第21回県民が集う「看護の日」

地域で働く保健師・助産師・看護師・栄養士が皆さんの健康増進のお手伝いをします。入場は無料です。で、皆さんでお越しください。

日時 5月14日(出)

午前10時～午後0時半

場所 東金サンピア 1階セン

ターコート

健康支援課成人保健係

☎0479(80)8338

AEDの使用方法

健康チェック
・肺年齢
・脳年齢
・ストレス

栄養相談
進路相談
介護相談

骨密度
体脂肪
血圧測定
乳癌の自己検診
(乳房モデル使用)

