富岡町さくらスポーツ　情報誌【８月号】

令和８年度第５号
令和８年７月３日発行

日	月	火	水	木	金	土
						1 【軽登山クラブ】 深山（宮城県　山元町）
2	3 ※総合スポーツセンター休館日※ ○元気アップ教室 ・下神白団地集会所（10:00～11:30） ・富田団地集会所（10:00～11:30） ・湯長谷団地集会所（10:00～11:30） ・いわき支所 A(14:00～15:30)	4 ○元気アップ教室 ・日和田団地集会所（10:00～11:30） ・サポートセンター平沢（10:00～11:30） ・大槻北公民会館（14:00～15:30） ・北好間団地集会所（14:00～15:30）	5 ○元気アップ教室 ・いわき支所B（10:00～11:30） ・福島市さくらサロン（13:30～15:00） ・安積団地集会所（14:00～15:30） ○ノルディックウォーキングセミナー ・富岡町内（10:00～11:30）	6 ○元気アップ教室 ・学びの森　大会議室（10:00～11:30） ・横堀平団地集会所（10:00～11:30） ・南相馬市スポーツセンター（10:00～11:30） ○ノルディックウォーキングセミナー ・いわき公園（10:00～11:30）	7 第３回 「とみおか健康カレッジ」	8
9	10 ※総合スポーツセンター休館日※ ○元気アップ教室 ・関船団地集会所（10:00～11:30） ・いわき支所 A(14:00～15:30)	11（山の日）	12	13	14	15
16	17 ※総合スポーツセンター休館日※ ○元気アップ教室 ・下神白団地集会所（10:00～11:30） ・富田団地集会所（10:00～11:30） ・いわき支所 A(14:00～15:30)	18 ○元気アップ教室 ・日和田団地集会所（10:00～11:30） ・サポートセンター平沢（10:00～11:30） ・大槻北公民会館（14:00～15:30） ・北好間団地集会所（14:00～15:30） ○1 歳からのリトミック（10:30～11:30）	19 ○元気アップ教室 ・いわき支所B（10:00～11:30） ・福島市さくらサロン（13:30～15:00） ○ノルディックウォーキングセミナー ・富岡町内（10:00～11:30）	20 ○元気アップ教室 ・学びの森　大会議室（10:00～11:30） （介護予防専門プログラム） ・横堀平団地集会所（10:00～11:30） ○ノルディックウォーキングセミナー ・いわき公園（10:00～11:30）	21 ○元気アップ教室 ・四ツ倉団地集会所（①9:30～②10:50～） ・四倉サロン（14:00～15:30）	22
23	24 ※総合スポーツセンター休館日※ ○元気アップ教室 ・下神白団地集会所（10:00～11:30） ・富田団地集会所（10:00～11:30） ・いわき支所 A(14:00～15:30)	25 ○元気アップ教室 ・サポートセンター平沢（10:00～11:30） ・大槻北公民会館（14:00～15:30） ・北好間団地集会所（14:00～15:30） ○1 歳からのリトミック（10:30～11:30）	26 ○元気アップ教室 ・いわき支所B（10:00～11:30） ・福島市さくらサロン（13:30～15:00） ・安積団地集会所（14:00～15:30）	27 ○元気アップ教室 ・学びの森　大会議室（10:00～11:30） ・横堀平団地集会所（10:00～11:30） ○ノルディックウォーキングセミナー ・遠瀬公園（10:00～11:30）	28 ○元気アップ教室 ・四ツ倉団地集会所（①9:30～②10:50～）	29
30	31 ※総合スポーツセンター休館日※ ○元気アップ教室 ・下神白団地集会所（10:00～11:30） ・富田団地集会所（10:00～11:30） ・いわき支所 A(14:00～15:30)					

【お問合せ・お申込み先】

※各種イベント、教室等のお問合せ・お申込みは「富岡町さくら文化・スポーツ振興公社（通称：富岡町さくらスポーツ）」事務局まで！

〒979-1111　福島県双葉郡富岡町小浜481　TEL：0240-22-2690 ／ FAX：0240-22-6778　MAIL：info@sakura-sc.org

HP：https://www.sakura-sc.org/　利用時間：土・日・祝…9：00～17：00 ／ 火・水・木・金…9：00～21：00 ※ 月曜日休館（月曜日祝日の場合は、翌開館日休館）

富岡町さくらスポーツ　情報コーナー【８月号】

軽登山クラブ「筑波山」に行ってきました！

令和８年５月９日(土)、軽登山クラブ「筑波山」を開催しました。当初の予定では、須賀川市の高土山を登山する予定でしたが、クマ出没の影響により、急遽筑波山に変更になりました。

当日は 33 名の皆様に参加していただき、天候もよく、東京スカイツリーや富士山を眺めることができました！

第１回 とみおか健康料理プレサークルを開催しました！

令和８年５月 22 日(金)、第１回健康料理プレサークルを開催しました。当日は 16 名の皆様にご参加していただき、【５月病を吹きとばせ！～活力あふれる料理～】をテーマに、「カツオとアボカドの漬け丼」、「旬野菜の肉巻き炒め」、「柑橘とモッツァレラチーズのサラダ」、「バナナ餅」、「３種のキノコのお味噌汁」の計５品を作りました。

精神を安定させるホルモンの原料となるトリプトファン、気分をコントロールする幸せホルモンの合成に欠かせないビタミンＢ6、自律神経を安定させる効果があるビタミンＢ12 を含む食材を意識して料理を作りました！

★ とみおかスポーツフェスタ 2026 を開催しました ★

令和 8 年 5 月 17 日(日)、富岡町総合スポーツセンターにて、「とみおかスポーツフェスタ 2026」が開催されました。今年度は、グラウンド・ゴルフ、ノルディックウォーキング、町内ウォーキング、ソフトテニス交流会を実施し、同日開催として「とみおかソフトボール交流大会」も実施いたしました。

総勢約 200 名の皆さんにお集まりいただき、初めに富岡町総合体育館で、開会式を行いました。汗ばむ陽気の中での競技となりましたが、皆さん楽しみながら各競技に望んでおりました。

「軽登山クラブ」 深山(宮城県 山元町) 参加者募集！

1　主　　催　公益社団法人富岡町さくら文化・スポーツ振興公社
2　開 催 日　令和８年８月１日（土）※小雨決行
3　場　　所　宮城県山元町「深山」
4　乗車場所　富岡方面バス：富岡町総合体育館
　　いわき方面バス：富岡町役場 いわき支所
　　郡山方面バス：富岡町役場 旧郡山支所
5　参 加 費　４，０００円　※さくらスポーツ会員は１０％引きとなります。
6　参加対象　富岡町民及びさくらスポーツ会員の方で「軽登山クラブ」にご登録された方
7　そ の 他　悪天候の場合は行程を変更する場合がございます。
　　参加希望者には後日詳細を送付いたします。

※ 各イベントについては天候・現地状況などにより、内容を変更または中止とさせていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。※