富岡町さくらスポーツ　情報誌【９月号】

令和８年度第６号
令和８年８月６日発行

日	月	火	水	木	金	土
		1 ○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）	2 ○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）	3 ○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）	4 第４回 「とみおか健康カレッジ」	5
6 第 20 回市町村対抗 福島県軟式野球大会 富岡町 vs 二本松市 （あいづ球場 第２試合 10:30～）	7 ※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）	8 ○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）	9 ○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）	10 ○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 ・逢瀬公園（10:00～11:30）	11 ○元気アップ教室 ・四倉サロン（14:00～15:30）	12 高橋尚子ランニング 教室 in 富岡
13 第９回 とみおか復興 ロードレース大会	14 ※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）	15 ○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）	16 ○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）	17 ○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 ・いわき公園（10:00～11:30）	18 ○元気アップ教室 ・四ツ倉団地集会所（①9:30～②10:50～）	19 【町民ウォーキング】 大内宿 ウォーキング （福島県　下郷町）
20	21（敬老の日）	22（国民の休日）	23（秋分の日）	24 ※総合スポーツセンター休館日※ ○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 ・逢瀬公園（10:00～11:30）	25 ○元気アップ教室 ・四ツ倉団地集会所（①9:30～②10:50～）	26 【軽登山クラブ】 谷川岳（1泊2日） （群馬県　みなかみ町）
27 【軽登山クラブ】 谷川岳（1泊2日） （群馬県　みなかみ町）	28 ※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）	29 ○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）	30 ○元気アップ教室 ・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）			

【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【９月号】

★ とみおか健康カレッジを開催しました！ ★

令和８年７月３日(金）に、第２回「とみおか健康カレッジ」を開催しました。

午前中は、星総合病院の二瓶先生を講師にお迎えし、「ロコモ・フレイル予防」をテーマにご講話いただき、腰痛や膝痛を予防するための体操や、鍛えるべき部位についてのお話に加え、実際に体を動かしながら運動を実践し、ロコモ予防について理解を深めました。また、フレイル予防には運動だけでなく、人とのつながりを持つなどの社会参加も大切であることについてお話しいただき、参加者の皆さんも熱心に耳を傾けていました。

午後は、各部活動を実施し、お散歩クラブの皆さんは、Ｊヴィレッジを見学しました。

施設の成り立ちから、東日本大震災後の復旧までの歩みを動画を交えながらご説明いただき、その後、４階の展望室から施設内をご案内いただきました。

「軽登山クラブ」谷川岳　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９月２６日(土)・２７日(日)　※１泊２日

３　場　　所　群馬県 みなかみ町「谷川岳」

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　【 調 整 中 】

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　強風、天候の場合は行程を変更する場合がございます。参加希望の方には後日詳細を送付いたします。

【町民ウォーキング】大内宿ウォーキング（福島県　下郷町）

参加者募集！

１　主　　催　富岡町教育委員会

２　開 催 日　令和８年９月１９日（土）※小雨決行

３　場　　所　福島県 下郷町 「大内宿」 周辺（予定）

４　行　　程　健脚コース：約５km ／ 散策コース：約２km

<内容> ウォーキング ⇒ 昼食 ⇒ 帰路(予定)

※行程は変更になる場合がございます。予めご了承下さい。

５　バス乗車場所　◇中通り方面◇

郡山市(旧郡山支所・県営富田団地 1～3 号棟集会所前)

三春町(サポートセンター平沢)

福島市(福島サロン)　大玉村(大玉村横堀平団地集会所前)

◆浜通り方面◆

富岡町(栄町団地・曲田団地・学びの森・総合体育館)

いわき市(県営四ツ倉団地・県営下神白団地・ＪＲ泉駅・富岡町役場いわき支所)

南相馬市

６　参 加 費　４，０００円　※さくらスポーツ会員は１０％引きとなります。

７　持 参 物　動きやすい服装、履きなれた運動靴、昼食、マスク、飲み物、タオル、雨具、その他各自必要なもの

８　参加対象　富岡町民及びさくらスポーツ会員の方等　※定員１００名程度

９　申込・問合せ　令和８年８月１２日(水)～８月２８日(金)までお電話等にてお申込みください。参加希望者には後日詳細を発送いたします。

※ 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。※