

とよおかスポーツフェスティバルを開催

誰でも気軽に楽しめるスポーツ満載



日時 10月9日(月・祝)午前8時45分～
会場 ウェルストーク豊岡、総合体育館、
 円山川堤防 他
 ※雨天時は総合体育館

開会セレモニー & 玄さんと一緒に 体操しよう！(8:45～9:30)

八条認定こども園の園児による演技、チャレンジャー・豊岡市優秀選手表彰式 他

交流スポーツイベント(9:30～15:00)

- **ニュースポーツ交流会** 誰でも簡単に楽しめるニュースポーツを楽しんでください。
- **新体力テスト** 簡単な運動で体力・運動能力を確認できます。
- **ストリートテニス体験会** 協力：豊岡市テニス協会
- **楽しくボール遊び体験** 協力：但馬サッカー協会
- **ファミリージョギング(10:00スタート)【1km、2km】** 速さは競いません。円山川を楽しくジョギングしましょう！(小学生以下は保護者同伴)
- **4kmミニマラソン(10:30スタート)** 円山川堤防歩キングコースを1周します。
- **ポスチュアウォーキングレッスン(10:30～12:00)** 正しい歩く姿勢を覚えましょう。
- **ファミリー運動会(11:00～)** 「家族の日」にちなみ、家族で参加できるミニ運動会を行います。
- **チアリーディングパフォーマンス&キッズチア教室(12:00～)** プラチナムチアリーダーズによる演技と小学生を対象にチア教室を開きます。
- **ラグビー体験教室(12:00～)** SCIXラグビークラブが小学生を対象に指導します。
- **こどもオリンピック「めざせ！将来のオリンピック選手！」(13:00～)** 小学生を対象に、運動の基礎となる、4人5脚、馬跳び、逆上がり等の競技を行い、第1位にはメダルを授与します。
- **ロングlong～ウォーキング(9:30スタート)** ウェルストーク豊岡からコウノトリ郷公園まで、約13kmを歩きます。
- **集まれ！こども広場** バルーンアート、ヨーヨー釣り、折り紙 他
- **食欲の秋です！屋台村!!** 協力：翁、RANA、チョコバナナ、みなせん
- **ちょっと休憩。音楽広場♪**
- **お菓子まき(14:45～)**
- **「スポーツクラブ21ひょうご」とよおか交流スポーツ大会(9:30～16:00)** 市民体育館で、クラブ会員がソフトバレーボールを開催します。
- **豊岡市身体障害者スポーツ大会(総合体育館)**
《問合せ》スポーツ振興課 ☎21-9023

スポーツフェスティバルを開催

ウェルストーク豊岡 施設無料開放&イベント満載

日にち 10月9日(月・祝)
場所 ウェルストーク豊岡

ウェルストーク豊岡の施設を無料開放します。また、イベントを右記の通り開催します。

※申込みが必要なプログラムもあります。詳しくは、ホームページ等で確認してください。

**フリーマーケットを同日開催
出展者募集中(先着30店)**

《申込み・問合せ》ウェルストーク豊岡 ☎24-0582

プログラム名	場所	定員	対象・料金
ストレッチ30	スタジオ	50人	
体力測定会(体組成&骨密度測定)	フロント横	なし	
みんなで楽しく！認知症予防	スタジオ	なし	
ベビースイミング体験会	プール	各15組	4カ月～2歳
コアクロス	多目的コート	40人	
安全講習会	スタジオ	なし	
腰痛ケアアクア	プール	なし	
ボディバランス	多目的コート	なし	
ViPR(バイパー)体験会	スタジオ	10人	1,080円(税込)
子供スイミングスクール無料体験会	プール	20人	3歳～小学生
メガダンス	多目的コート	なし	
ボディコンバット	多目的コート	なし	
ストレッチポール運動	スタジオ	35人	
スードルフロー	プール	なし	
平泳ぎ初級	プール	なし	
ボディバンプ	スタジオ	35人	

パラアスリートと一緒にチャレンジ

日時 11月4日(土)
午前10時～午後4時(少雨決行)
場所 総合スポーツセンター陸上競技場

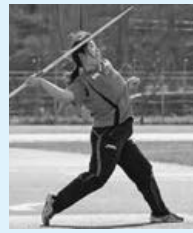
障害者が競技を通じて、スポーツの楽しさを体験し、体力の維持・増進を図るとともに障害者に対する理解を深め、障害者の社会参加を推進するため、豊岡市障害者スポーツ・チャレンジ大会を開催します。

今大会は、パラリンピックアスリート(投てき)の加藤由希子さんをお迎えします。加藤選手と一緒に、“投げる”を体験してみませんか。

▼**実施種目** 50m、100m、200m、800m、1500m、ソフトボール投げ、フライングディスク(ディスクスタンス)、4×100mリレー(事務局でチーム編成をします。)

▼**対象**

▽市内在住で障害者手帳を所持する18歳以上の方
▽特別支援学級・特別支援学校に在籍する小学4年生以上の方(保護者引率・送迎)



加藤由希子
(SMBC日興証券所属)

競技 陸上競技(投てき)
活動拠点 宮城県

(大会実績)

2015年 陸上競技世界選手権大会 やり投げ 6位
2016年 IPCグランプリ・ドバイ 砲丸投げ 金/
円盤投げ 金/やり投げ 銅
2017年 IPCグランプリ・ドバイ 砲丸投げ 金/
円盤投げ 金/やり投げ 銅

▼**送迎** J R豊岡駅、J R江原駅、全但バス出石営業所から送迎車両が出ます。

▼**申込み** 10月20日(金)までに、所定の申込用紙に必要事項を記入の上、郵送またはファクス《申込み・問合せ》社会福祉課(〒668-0046、立野町12番12号) ☎24-7033 F A X 24-4516
但馬障害者通所施設連絡会(〒668-0022、小田井町8番6号) ☎20-6278 F A X 20-6279

▼**日時** 11月11日(土) ①午後1時～②午後2時～③午後3時～

▼**場所** 豊岡市民プラザ 練習室B

▼**内容** 再就職や起業、何かを変えたい女性を支援するための個別相談(1人50分限度)

▼**相談員** キャリア・コンサ

▼**定員** 各時間1人(先着順)

▼**申込み** 10月5日(木)から、氏名、連絡先、希望の時間帯、相談したいこと、一時保育(1歳以上就学前の幼児・無料)の有無を電話

《申込み・問合せ》生涯学習課 ☎23-0341

女性のためのチャレンジ相談を開催

女性の再就職などを応援

外交関係樹立45周年記念 草原の国から来た力士たち

▼**期間** 10月1日(日)～12月19日(火)

▼**場所** 日本・モンゴル民族博物館 企画展示室※水曜日休館、午前9時30分～午後5時開館(入館は午後4時30分まで)

▼**入館料** 一般500円、高校生・大学生300円

▼**問合せ** 日本・モンゴル民族博物館 ☎56-11000

円、65歳以上250円、小学生200円(ココロカード提示で無料)、障害者手帳所持者は半額



白鵬土俵入り

第73回企画展を開催

今年、日本国とモンゴル国との外交関係樹立45周年に当たります。これを記念し、モンゴルという国を意識するシンボルの存在である、横綱白鵬関らモンゴル国出身の力士に関する展示を行います。