

冬を楽しもう! スキーの季節がやってきた!

第73回区民体育大会 冬季スキー競技会
 (兼 第75回都民冬季体育大会スキー競技会予選会)
 東京都スキー連盟の新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン(右記QR参照)に準じて開催します。
 ※令和2年度のシニアスキー教室及びジュニアスキー体験教室は中止といたします。

小学生以上であればどなたでも参加可能です!
 回転競技・大回転競技、2種目に参加できます。

日 令和3年2月6日(土)・7日(日) **現地集合・現地解散となります。**

会 ニュー・グリーンピア津南スキーリゾート(新潟県中魚沼郡津南町秋成)
HP <https://new-greenpia.com/category/ski/>

対 小学生から79才の区内在住・在学・在勤者

定 100人程度

費 5,000円【大会参加費・リフト代】 ※宿泊・交通費は自己負担

方 所定の申込用紙を区ホームページから取り出して、申込用紙と参加費を同封のうえ、下記まで現金書留でお送りください。
 団体で参加される場合は、令和3年1月7日(木)に奥戸総合スポーツセンター体育館第1会議室で開かれる代表者会議でまとめてお申込みください。
 その他、宿泊を希望する場合は下記までお問い合わせください。

区 令和3年1月6日(水)

申 〒124-0011 四つ木4-27-6 葛飾区スキー連盟
 大森 有希子 あて ☎090(2496)3069 ✉jisc.tokyo456@gmail.com

HP [葛飾 スキー競技会](#) **検索**

スポーツ参加促進事業

なぎなた初心者教室

日 令和3年1月16日(土)

午後1時30分より受付開始

会 奥戸SC体育館第2武道場

対 小学生から壮年の男女

※動きやすい服装でご参加ください

費 無料

申 なぎなた連盟 (野口)

☎(3696)0771

☎090(2242)0771

体育団体主催事業等

中長距離記録会

日 令和3年2月21日(日)

午前9時30分開始

会 奥戸SC陸上競技場

対(下記欄外参照)もしくは

種目	対象	費用
1,000m	小学生1~3年生 男子/女子	800円
	小学生4~6年生 男子/女子	
800m	中学生 男子/女子	1,000円
2,000m	中学生女子	
3,000m	中学生男子	1,500円
5,000m	一般男/女	
10,000m	一般男/女	2,000円

中学生以上は2020年度日本陸連登録競技者

費種次表のとおり

第4回 東京都フロアホッケー交流競技大会
及び体験会を開催します!

日 令和3年1月23日(土)午後0時30分から午後4時30分

会 奥戸総合スポーツセンター体育館 大体育室

フロアホッケーは、体育館等の床の上で行うホッケーです。穴の空いたドーナツのようなパックをまっすぐなスティックを使って、ゴールに入れ得点を競う競技です。障害の有無に関わらず楽しめるユニバーサルスポーツです。

体験会への参加を募集します!!

体験会では、試合形式体験やストラックアウトゲーム等、初めての方でも楽しめる内容を用意しています!

日 令和3年1月23日(土)午後1時から午後3時30分

費 無料

申 フロアホッケー体験会参加希望を明記し、氏名、年齢、電話番号を記載のうえ大会前日までに下記へメールまたはファクスにてお申込みください。

区 東京都フロアホッケー連盟 ✉tokyo.fh.jimu@gmail.com ☎(3691)0744

障害者トランポリン教室

日 12月18日、令和3年1月8日・15日(各金曜日)

前半クラス：午後6時30分から午後7時20分
 後半クラス：午後7時30分から午後8時20分

会 水元総合スポーツセンター体育館 サブアリーナ

対 区内在住・在勤・在学の障害児・障害のある方
 前半クラス：小学生以下
 後半クラス：中学生以上

定 各クラス 10人(先着順)

費 1回100円

方 各実施日の3日前までに電話でお申し込みください。
 ※毎週日曜及び12月29日(火)から令和3年1月4日(月)の間を除く。

申 区(一社)オール水元スポーツクラブ ☎(5876)9188

区 (5876)9188

【注意事項】

- 入館の際に、障害者トランポリン教室の参加者であることを伝えてください。
- 入館の際は、マスクを着用して検温を受けてください。
- 会場の定員に制限があるため、参加者1人につき保護者又は介助者は1人までをお願いします。

温水プール無料開放 **入替制・各回100人**

ウキウキファミリープール

会 奥戸総合スポーツセンター 温水プール館 ☎(3695)9911

会 水元総合スポーツセンター 体育館温水プール ☎(3609)8182

次回の実施日 令和3年1月9日(土)

次回の実施日 令和3年1月23日(土)

- 第1回：午前9時から午前11時
- 第2回：午前11時30分から午後1時30分
- 第3回：午後2時から午後4時
- 第4回：午後4時30分から午後6時30分

(詳しい利用方法は各館のホームページをご覧ください。)

区内在住・在勤・在学の方が対象です(ただし、おむつが取れていない幼児は不可)

障害者水泳専用コース

日	令和3年1月10日(日) 午後2時から午後3時30分
会	①奥戸総合スポーツセンター 温水プール館
日	令和3年1月17日(日) 午後2時から午後3時30分
会	②水元総合スポーツセンター 体育館温水プール

※着替え等を含む(入水時間は1時間程度)
対 障害のある方 **定** 20人 **費** 無料

障害者水泳教室

日	12月23日(水) 令和3年1月27日(水) 午後2時から午後3時30分
会	①奥戸総合スポーツセンター 温水プール館
日	令和3年1月4日(日) 午後2時から午後3時30分
会	②水元総合スポーツセンター 体育館温水プール

※着替え等を含む(入水時間は1時間程度)
対 障害のある方 **定** 20人 **費** 1回100円

【障害者水泳教室・障害者水泳専用コース 共通事項】

方 各実施日の3日前までに電話またはファクスで、下記までお申込みください。

申 ①奥戸総合スポーツセンター温水プール館(高砂1-2-1)
 ☎(3695)9911 ☎(5698)1753

申 ②水元総合スポーツセンター体育館(水元1-23-1)
 ☎(3609)8182 ☎(5699)1622

レクリエーションポッチャー 一般開放

日 12月21日・28日、令和3年1月4日・11日(各月曜日)

午後4時30分から午後6時30分

会 水元総合スポーツセンター体育館 第1・第2会議室

対 どなたでも

定 各回15人程度 **費** 無料

方 直接会場にお越しください(事前申込不要)

区 (一社)オール水元スポーツクラブ ☎(5876)9188

のびのびユニスポ広場

日 12月15日・22日、令和3年1月12日(各火曜日)

午後4時から午後5時30分

会 奥戸総合スポーツセンター体育館 第2武道場

内 フロアホッケーやポッチャーなどのユニバーサルスポーツが楽しめます。室内履き・飲料を持って直接会場へお越しください。(事前申込不要)

対 障害のある方 **費** 無料 **区** 申込不要

区 「のびのびユニスポ広場」係 [下記欄外参照]

障害者スポーツ指導員養成講習会
 日本障がい者スポーツ協会 初級指導者講習会

障害者のスポーツ指導に関心を持ち、活動意欲のある方を対象に講習会を開催します。

日 令和3年1月30日(土)、2月7日(日)・20日(土)

1日目：午前9時15分から午後5時
 2日目：午前9時から午後6時20分
 3日目：午前9時から午後6時30分

会 奥戸総合スポーツセンター温水プール館 第1会議室(1・2日目)
 水元総合スポーツセンター体育館 地域交流ホールなど(3日目)
 ※日程により会場が異なります。

対 令和2年4月1日時点で18才以上であり、障害者スポーツ指導に携わっている方。また、これから指導者を目指す方。(区内在住・在勤・在学の方を優先させていただきます。)

費 1人1,000円(保険料含む)
 ※日本障がい者スポーツ協会の公認初級資格の取得には別途登録料が発生します。また、テキストは事前購入し、必ず当日持参してください。指定テキストや購入方法は区ホームページやチラシで確認いただけます。

方 (1)所定の申込用紙による申込み
 必要事項を記入のうえ、返信用ハガキ(63円切手貼付済)を添えて、下記までお申込みください。
 ※申込用紙は各体育施設に配置(区ホームページからも取り出し可)

(2)電子申請による申込み
 区ホームページからパソコン・スマートフォンにてお申し込みください。

区 令和3年1月6日(水)必着 **定** 20人(応募多数の場合選考) **区** 区ホームページ・電子申請はこちら

申 区「障害者スポーツ指導員養成講習会」係あて[下記欄外参照]

広告(内容については広告主にお問い合わせください。)

結婚相談 **婚活!お見合い結婚しませんか。**

出会いから結婚までをプロデュース!

全国寿ブライダル 担当 横山 初婚・年齢不問 再婚・ご相談無料

☎3691-5403 葛飾区立石5-9-19 葛飾区役所より2分