



### プールで開催の「ふみふみアディウ」から

今月号ではプールで開催している教室「ふみふみアディウ」について、どんな教室なのか？また初めての方にオススメの教室などを紹介させていただきます！

#### \* ふみふみアディウっていつやっているの？

→毎週水曜日 19:00～19:45の45分間です。(参加料600円)

エアロビクスの先生もされている中津先生が、「ふみふみアディウ考案者のMISAKO」さんから直接指導を受け直伝していただき、音楽に合わせてながらリズムに乗って楽しく行う水中エクササイズです。

#### \* どんな効果があるの？

→足をしっかり使うので足腰の強化はもちろん！その他に肺活量の向上や姿勢の改善が期待されます！！また音楽に合わせて楽しくエクササイズをやるので、気分転換や運動不足解消など心身ともにリフレッシュできると思います。

### やってみないとわからない・・・そんな方にオススメ!!!

毎週月・水・金の14:00～14:10で「ショートコース」というどなたでも無料で参加ができる教室を開催しています！そのショートコースで10分間ですが、ふみふみアディウをおこなっています。

初めての方でも大歓迎です！「きついのかな～？」とか「初めてだから少し不安だな」という方もいらっしゃるかと思いますが、「ちょっとやってみるか～」くらいの軽い気持ちで参加してもらえれば嬉しいです！



### たくさん頑張りました！保育所の水泳教室

温水プール SUI SUIで行われていた今年度の保育所水泳教室。園によっては年中さんからのところもあり、1年～2年間の水泳教室が先日終了致しました。初めはプールに入るだけで怖くて泣いたり、口もつけられなかった子たちが水泳教室最終日。10秒の顔付けもへっちゃら！ビート板なしでバタ足をしながら自分の力で泳いでいました！（←だってお風呂でたくさん練習したもん！と言っていました）

そしてなにより・・・「楽しかったー!!!」という子供たちの声(涙)泳げる泳げないということよりも、子ども達がそれぞれのペースではありますが水を好きになってくれて、慣れてくれて「楽しい」と思ってくれた事がすごくすごく嬉しかったです！子ども達の明るさと笑顔、元気な声にたくさんパワーをもらいました！



### 第70回記念芸石神楽競演大会

週末の台風の影響も心配されましたが無事に第70回記念大会が開催されました。

今回は過去10年間の優勝・準優勝団体が競演するという記念大会に相応しい豪華な競演！そして見事な舞が披露されました！会場には体育館がいっぱいになるほどの多くのお客様がいらしており、「神楽」が沢山の人の愛され、守られ、受け継がれていることをとても感じました。関係者の皆様おつかれさまでした。

- 団体の部 旧舞○  
優勝 石見神楽亀山社中 岩戸  
準優勝 川北神楽団 鍾馭
- 団体の部 新舞○  
優勝 原田神楽団 羅生門  
準優勝 中川戸神楽団 瀧夜叉姫

- 個人賞 旧舞○  
演技の部 津浪神楽団 末本光次さん(塵倫)  
楽の部 川北神楽団 佐々木一紀さん(大太鼓)
- 個人賞 新舞○  
演技の部 中川戸神楽団 藤井真則さん(五月姫)  
楽の部 原田神楽団 原田健次さん(笛)



### 北広島町小学校陸上記録会

10月12日(金)千代田運動公園の多目的広場を使って、北広島町小学校陸上記録会がおこなわれました。当法人から児童の皆さんへドリンクを寄贈させて頂きました。トラックも綺麗に整備され天気にも恵まれた、まさにベストコンディションでの陸上記録会。町内と安芸太田町の小学生約500人が自分の力を出し切ろう！一番になるんだ！とそれぞれの自分の目標に向かって一生懸命走り切りました。大会の前には陸上記録会に向けて何度も多目的広場のトラックを使って練習をされており、もちろん学校でも沢山練習を重ねられていたと思います。そして本番当日。あきらめず、それぞれのゴールに向かって走っている姿を見てとても感動しました。こどもたちの頑張りに、見ていた側も元氣をもらった陸上記録会でした。



### 高校球児養成教室スタートから1か月がたち…

9月1日(土)より千代田運動公園の野球場にてスタートした高校球児養成教室が10月27日(土)に終了します。野球が大好きだ、野球で強くなりたいという夢を持ったキラキラとした7人の中学生が参加してくれ、甲子園を経験した大先輩に指導していただき、18時～20時の2時間をみっちり練習しています。この教室ではカープ球団から、夢を持った子ども達の為と提供していただいたカープ選手使用の球団マーク入りボールを使い、練習を行っています。子ども達も高いモチベーションで練習に打ち込んでいた様子でした。

カープもリーグ3連覇し、この中から甲子園、そしてカープで活躍してくれる選手が出てくれることを楽しみに待っています！夢に向かって頑張れ！



### 親子でギュ～♡ひろみちお兄さんの親子体操教室

北広島町観光大使の佐藤弘道さんによる「ひろみちお兄さんの元祖親子体操」が9月23日(日)豊平どんぐり村体育館にて開催されました！教室の前にはフルーツの演奏やちびっこファッションショー。外ではスタンプラリーやアンブティ―サッカー体験、働く車も来たり楽しい時間はあつという間でした・・・今回も約600人もの親子に参加していただき、初めて参加する親子や毎年参加して下さる親子。沢山の親子に参加頂きましたが、親子体操は道具も何もいらず身体一つでできます。今回のイベントでさらに親子の絆が深まったようでした。日頃から一日一回、お子様と触れ合ってみてください。ひろみちお兄さん、SRCのスタッフの皆さん楽しい時間をありがとうございました！来年も楽しみにしています！



### ◆◆通常営業時間◆◆

月～土 10:00～21:00 (最終受付 20:30、木曜休館)  
日・祝 10:00～17:00 (最終受付 16:30)



# facebook



イベント情報やちょっとした発見などを日々更新しています。Facebook 上で「一般財団法人どんぐり財団」と検索してみてください。みなさまのいいね！❤️をお待ちしております(\*^^)v

### スタッフの一言

先月歌手の安室奈美恵さんが引退されましたね・・・25年間もの間多くの人を魅了し元氣や勇気を下さった安室さんのように「プレずに、今を楽しんで頑張ろう！」と思ったこの頃でした。スポーツの秋！たくさん動いて、美味しいものを食べて健康で元氣にいきましょう！千代田運動公園・温水プールで皆さんのお越しをお待ちしております！