

スポーツ

申・問 泉市民体育館(〒190-0015 泉町786-11) **☎**(536)6711、柴崎市民体育館(〒190-0023柴崎町6-15-9) **☎**(523)5770へ

立川メソッド ロコモティブシンドローム運動教室

ライフスタイルを見直し、健康障害を予防します。どちらか一方の参加も可**対**16歳以上の方**時**3月28日(土)①予防講座=午前10時～11時②運動教室=午前11時～午後1時**場**泉市民体育館**師**①立川病院内科長・矢島賢さん②健康運動実践指導者・渡邊ひろこさん**費**各500円(受講料)**定**各20人(申込順)**申**3月23日(月)までに、泉市民体育館で配布する申込用紙に必要事項を書いて、同体育館へ

アクアエクササイズ泉教室

当日参加受け付けの教室に変更になりました。体に無理な負荷をかけずに行う水中リズム体操です。直接会場へ**対**18歳以上の市内在住・在勤・在学の方**時**①A教室=4月7日～7月7日の毎週火曜日②B教室=4月1日～7月8日の毎週水曜日、いずれも午後2時～2時50分(祝日を除く)**場**泉市民体育館プール**費**各回一般400円(施設利用料。60歳以上割引あり)**定**各40人(先着順)

みんなでストレッチ教室(泉教室&柴崎教室)

リズム体操や筋力アップの運動で、より健康な体づくりを目指します。日程、会場等は**下表**の通り**対**18歳以上の

みんなでストレッチ教室						
コース	時間帯	期間	回数	参加費	定員	会場・申込先
水曜A	午前	4月8日～7月15日 (4月29日、5月6日 を除く)	13回	2,600円	各100人 (抽選)	泉市民体育館
水曜B	午後					
水曜C	夜間					
木曜	午後	4月9日～7月23日	16回	3,200円	60人(抽選)	柴崎市民体育館
金曜	午後	4月3日～7月10日	15回	3,000円	各100人 (抽選)	泉市民体育館
土曜	午前	4月4日～7月11日 (4月18日を除く)	14回	2,800円		
午前＝午前10時～正午、午後＝午後1時30分～3時30分、夜間＝午後7時～9時						

健康

申・問 健康推進課(〒190-0011 高松町3-22-9健康会館内) **☎**(527)3272 **Fax**(521)0422へ。電子申請は**HP**<https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/>

らくらくゴックン(離乳食準備教室)

対・時 離乳食を始めていない①平成26年11月～12月生まれの乳児の親=4月10日(金)②平成26年12月～平成27年1月生まれの乳児の親=5月8日(金)、いずれも午前10時～11時30分**場**①②とも健康会館**費**100円(材料代)**定**各16人(抽選)**申**①は3月20日(金)②は4月17日(金)(消印有効)までに、講座名、希望日、住所、親子の氏名と生年月日、電話番号、返信用宛先を書いて往復はがきで健康推進課へ

市内在住・在勤・在学の方**申**3月20日(金)(必着)までに、「みんなでストレッチ教室」と希望コース(1人1コースのみ)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、在勤・在学の方は勤務先名か学校名、返信用宛先を書いて往復はがきで各コースの会場へ

第68回市民体育大会の結果

●**地区対抗総合** ▶優勝=錦町体育会▶準優勝=幸町体育会▶第3位=若葉町体育会

●**駅伝** ▶**地区対抗の部**▶優勝=錦町体育会▶準優勝=羽衣町体育会▶第3位=高松町体育会▶**中学生男子の部**▶優勝=五中A▶準優勝=一中A▶第3位=三中陸上部▶**中学生女子の部**▶優勝=四中女子バスケットボール部▶準優勝=八中1年選抜▶第3位=三中陸上部

問 立川市体育協会 **☎**(534)1483

第69回市民体育大会

申込方法、費用などは立川市体育協会のホームページへ。

立川市体育協会

検索

●**サッカー(小学生の部)** くわしくは、立川市サッカー協会ホームページ**HP**<http://tfa.jpn.org/>をご覧ください**時**4月11日(土)～7月20日(祝)**場**市内の小学校・砂川中央地区北多目的運動広場**問** 同協会・土方さん **☎**090(1650)0490

●**テニス(中学生・一般ダブルス、シニアミックスダブルスの部)** **時**▶中学生=5月3日(祝)・4日(祝)・5日(祝)▶一般男子=5月9日(土)・10日(日)・17日(日)▶一般女子=5月9日(土)▶シニアミックスダブルス=5月23日(土)**場** 泉町・砂川中央地区・錦町各庭球場**費**▶ダブルス一組=1,500円▶中学生=1,000円**問** 立川市テニス連盟・山崎さん **☎**(536)6798

時4月12日(日)午前9時から(受付は午前8時～8時30分)**費**500円**申**3月31日(火)(必着)までに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、はがきまたはファクスで同協会・飯塚さん(〒190-0013富士見町1-33-5) **Fax**(527)8745へ

スポレクフェスタ2015

中高年齢者が、気軽に参加できるスポーツ・レクリエーション大会「立川スポレクフェスタ2015」を開催します。市と立川市スポレクフェスタ実行委員会、市教育委員会が主催。対象は市内在住・在勤者と立川市体育協会加盟団体の登録会員で原則として4月1日現在50歳以上の方(40歳を下限とする種目もあります)。大会期間は4月4日(土)～5月10日(日)。種目は17種目。前半の日程などは次の通り。

●**開会式** 式典とエキシビションなど**時**4月4日(土)午後6時15分集合**場** 泉市民体育館**問** 泉市民体育館

●**ソフトテニス** 男女混合ダブルス。組み合わせは当日抽選。1人での申し込みも可**対**市内在住・在勤の方とソフトテニス連盟登録者でいずれも男子は50歳以上、女子は45歳以上の方**時**4月4日(土)午前9時～午後4時**場** 柴崎市民体育館**費**1人500円**申**3月28日(土)までに電話、またはファクスで同連盟・佐藤さん **☎**・**Fax**(527)9689へ

●**ターゲットバードゴルフ** 競技会と初心者のための講習会。直接会場へ**対**市内在住・在勤の方とターゲットバードゴルフ同好会会員でいずれも40歳以上の方**時**4月5日(日)午前9時～午後3時**場** 泉町野球場**費**500円**問** 同好会・黒目さん **☎**(526)1860

●**太極拳** **対**市内在住・在勤の方と武術太極拳連盟会員**時**4月5日(日)午前10時から**場** 柴崎市民体育館**費**500円**申**3月29日(日)までに同連盟事務局 **☎**(523)2628へ

●**陸上(ウォーキング)** コース(予定)は、泉市民体育館～ファーマーズセンターみのれ立川～玉川上水沿い～泉市民体育館(約10km)。小雨決行。あるけあるけカードをお持ちの方はご持参ください**対**市内在住・在

●**自殺予防いのちの電話** 3月10日(火)午前8時～11日(水)午前8時(24時間) **☎**0120(738)556

●**自死遺族のための電話相談** 3月

健康日程表

健康相談(個別予約制・電話で健康推進課へ)

- 健康会館**=3月19日(木)午後1時30分～3時 医師・保健師・看護師・管理栄養士が相談に応じます。
- 健康会館**=4月7日(火)午前9時30分～11時 運動指導者・管理栄養士が相談に応じます。

親子の健康相談(午前9時30分～10時30分・直接会場へ)

- 健康会館**=3月25日(水)
 - 西砂学習館**=4月1日(水)
 - 健康会館**=4月22日(水)
 - 砂川学習館**=☆5月20日(水)
- 保健師・助産師・心理相談員・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。☆印の日は「子育てひろば」と合わせて開催します。※心理相談員の相談は、原則予約制。空きがある場合は当日受付可。

乳児(3～4か月児)・1歳6か月児・2歳児歯科・3歳児健康診査

健診は該当月齢の翌月です。対象者には、個別に通知します。届いていない方は、健康推進課へお問い合わせください。集団健診のため、発熱や体調不良、感染症にかかっている場合はご遠慮ください。次回日程についてはご相談を。

勤の方と陸上競技協会会員でいずれも40歳以上の方**時**4月12日(日)午前9時から(受付は午前8時～8時30分)**費**500円**申**3月31日(火)(必着)までに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、はがきまたはファクスで同協会・飯塚さん(〒190-0013富士見町1-33-5) **Fax**(527)8745へ

●**ミニテニス** **対**市内在住・在勤の方またはミニテニス協会会員で構成する混合ペアおよび女子ペア。部門は40歳～59歳・60歳～64歳・65歳～69歳・70歳～74歳・75歳以上の部(年齢は4月12日を基準とした満年齢)**時**4月12日(日)午前9時40分から**場** 柴崎市民体育館**費**1組1,000円**申**3月21日(土)(必着)までに申込用紙に必要事項を書いて、参加費・返信用はがきを添えて同協会競技部・西さん(〒190-0001若葉町3-47-5) **☎**(536)0718へ

柴崎市民体育館 指定管理者変更と体育館臨時休館

柴崎市民体育館に指定管理者制度を導入して5年が経過しますが、4月1日から指定管理者が変更となります。トレーニング機器の更新等準備のため、体育館を3日間臨時休館します▶**指定管理者**=住友不動産エスフォルタ・住友不動産建物サービス・鹿島建物総合管理共同事業体(新宿区西新宿2-6-1)▶**指定期間**=平成27年4月～平成32年3月(5年間)▶**開館時間・開館日・施設使用料**=変更はありません▶**臨時休館**=3月30日(月)～4月1日(水)。ご理解、ご協力をお願いします**問** スポーツ振興課 **☎**(529)8515

たちかわ競輪開催日

- 3月10日**(名古屋記念全Rを場外発売)
- 3月11日～13日**(宇都宮FⅠ全Rを場外発売)
- 3月17日～22日**(日本選手権(京王閣)全Rを場外発売)

開催案内・レース結果 **☎**0180(994)223～5

10日(火)～13日(金)、午前10時～午後10時 **☎**03(3796)5453(グリーンケア・サポートプラザ)