

地域おこし協力隊&トレーニングルーム紹介

総合体育館では、ランニングマシンや筋力トレーニングマシンなどを揃えたトレーニングルームを設置しています。

地域おこし協力隊のトレーナーがトレーニング機器を使った動きの指導やメニューの作成、地域団体や少年団への出張指導など地域活性化を図る活動を行っています。お気軽にご相談ください！

隊員の紹介

村上 斗佑羽（任期：R6.4.1～）

初心者大歓迎です！

専門知識を持ったトレーナーがカラダづくりをサポートします！



今村 綾太（任期：R6.5.1～）

姿勢改善やダイエット、運動不足の解消などをサポートします。トレーニングルームで待っています！



岩崎 圭祐（任期：R7.4.1～）

痛みや不調の改善、皆さんのが元気に運動できるようサポートさせていただきます！



《編集後記》

●5ページに掲載の大人のおはなし会に初めて参加してきました●朗読というものは文章を目で読むときと比べてリズム・抑揚・間などの音の表現が加わることで、文字だけでは伝わりにくい感情や情景が伝わり、音楽のようなライブ感が味わえました●そして、おはなし会の最後に、いぬいさえこ作『きみのことがだいすき』が語り手全員で朗読されました●子ども向けの本かと思いきや大人の心にもすっと入り込み、ぽかぽか温めてくれるような内容でした●今では我が家の中棚にも並んでいます●図書館でも読めますのでぜひ！

トレーニングルームの様子



地域おこし協力隊事業の様子



地域おこし協力隊 Instagram

トレーニングルームの様子や地域おこし協力隊の情報が満載ですので、ぜひチェックしてください！！



@SPORTS.SUNAGAWA

◎お問い合わせ◎

教育委員会 TEL：74-8379

MAIL : shakyokr@city.sunagawa.lg.jp

公 民 館 TEL：52-2339

図 書 館 TEL：52-3819

総合体育館 TEL：54-2175

海洋センター TEL：52-4809

地域交流センターゆう TEL：54-3111

企画・編集 砂川市教育委員会