

ハピス通信

HAPISUKA TOYOSAKA SPORTS & CULTURE INFORMATION



特定非営利活動法人 総合型地域スポーツクラブ

ハピスカとよさか
Happy Sports & Culture Club

豊栄総体

は北区体育施設等を管理しています。

「ハピスカとよさか&アイビス技建共同事業体」が管理運営

「NKS・ハピスカとよさか
・コンベンションリンケージ」
が共同事業体となって管理運営



豊栄総合体育館等



遊水館



北区文化会館

これらの施設の指定管理者として活動しております。これからも、市民の皆様が身近にスポーツ・文化に親しめる環境づくりを推進するとともに、総合型地域スポーツクラブとして、だれもが気軽にスポーツを楽しめる多様なスポーツ機会の提供に努めてまいります。

体育館新職員紹介

体育館にも新年度より新職員が2名仲間入りしました。体育館などで見かけましたら是非お声掛けください。きっと元気な挨拶が返ってきますよ！



NEW

倉田 健吾さん



NEW

箕輪 翔平さん

6月号 **vol.64**
2014

発行
編集

特定非営利活動法人 総合型地域スポーツクラブ
ハピスカとよさか
Happy Sports & Culture Club



◆◆◆◆ 各種お問い合わせ ◆◆◆◆

ハピスカとよさか

新潟市北区嘉山488-3 豊栄総合体育館内
TEL・FAX: 025-386-7522
WEB: <http://www.hapisuka.com/>
EMAIL: toyosaka@hapisuka.com

豊栄総合体育館

新潟市北区嘉山488-3
TEL: 025-386-7511 FAX: 025-386-8787
WEB: <http://www.hapisuka.com/>
EMAIL: toyosaka@hapisuka.com

遊水館

新潟市北区前新田乙311
TEL: 025-384-1211 FAX: 025-386-1001
WEB: <http://www16.ocn.ne.jp/~hapiswim/>
EMAIL: yusuikan@hapisuka.com

ハッピー通信はユニバーサルデザインフォントを使用して作成しています。

“体力年齢”は大丈夫??

体力測定会



これから始める

ウォーキングセミナー



豊栄総体



測定結果に基づいた

“体力年齢”の判定や、

簡単な運動のアドバイスを
行いますよ。

日 時：6月7日(土) 午後2時～4時

ところ：豊栄総合体育館 大体育室

対 象：小学生以上

参加費：無料

内 容：新体力テスト6種目

健康運動指導士が“正しい歩き方”や
運動方法などをわかりやすく指導します!

日 時：5月31日(土)

午後1時30分～3時30分

ところ：遊水館発着

ウォーキングコース(5.3km)

定 員：小学生以上 30名(先着順)

※小学生は要保護者同伴

参加費：500円(保険料含む)



運動の習慣化を目指して、

一緒に動き始めましょう!

健幸News Letter — vol. 28 —

テーマ：バランス能力を高めるスラックライン

体育館では最近スラックラインを購入しました。スラックライン(slackline)とは二点間に張り渡した専用ラインの上で楽しむスポーツのことで、オリンピックメダリストが練習で使用していたことで一気に有名になりました。

練習経験を積みればほとんどの人が10mくらいは楽に歩ける程度まで上達します。短いライン(4～8m)くらいなら、数時間の練習で歩いてしまう人もいます。消費カロリーは見た目よりも高く、フィットネス効果も高いです。もちろんバランストレーニングにもなりますし、休日の遊びにもなります。

つまり、他のスポーツのトレーニングとしても非常に優れています。高さを調整すれば小学校低学年くらいから上は中高年の方まで楽しめます。スラックラインは歩けなくてもラインに乗っかるだけで面白くて楽しめて、おまけに汗までかける素晴らしいスポーツです。



遊水館無料開放のお知らせ



5月5日(月)はこどもの日。中学生以下の方は無料で遊水館をご利用できます！友だち同士や家族連れなどお誘いあわせの上ぜひ泳ぎに来てください！

新人紹介



こんにちは！川崎拓未です

四月から職員としてみなさんが遊水館を気持ちよくご利用できるよう精一杯頑張ります。生まれ育った豊栄に少しでも恩返しできるようにしたいです。こっそりプールで水泳の練習しているので見かけたら声をかけてください

遊水館の緑の桜？

みなさん、「緑の桜」って知っていますか？名前を「御衣黄（ぎょいこう）」というそうで、ソメイヨシノより開花が遅い桜だそうです。

この桜は遊水館にもあります。ゴールデンウィークあたりがちょうど開花するのでぜひお立ち寄りください！

