

ハピスカからのお知らせ

01 02 03 04 05 06

ハピスカとよさかチャリティーイベント

みんなでつくる楽しい文化・スポーツ発表会

開催日:令和2年2月9日(日)

会場:北区文化会館

対 象:北区近郊で活動している団体

チャリティーを目的に、ダンス・器楽・武道武術(演武)など、日頃取り組んでいる活動の

成果を発表するイベントです。参加する方も観覧する方も皆さんで楽しみましょう!

★ハピスカイベント報告★

葛塚市ながらウォーキング

歩数計を貸し出して、消費エネルギーに応じた果物 をプレゼントするイベントを開催しました。 葛塚市を歩いて買い物をするとどれほどのエネルギー

看塚田を歩いて負い物をすることれほどのエネルギー を消費するのかを数字と果物で見える化しました。 皆様の普段の生活習慣を見直す機会にしていただけ

31株の自我の土山自頂を光色す版 3.と続しいです!



アウトドアイベント

今年のアウトドアイベントは「五頭いこいの森」に行ってきました!とても天気がよく暑い日でしたがみんなで川遊びをしたり、流しそうめんやBBQをしたりと楽しい一日を過ごしました。



◇◆◇◆◇各種お問い合わせ◇◆◇◆◇

ハピスカとよさか・豊栄総合体育館

新潟市北区嘉山 488-3

TEL: 025-386-7511(総合体育館)

025-386-7522(ハピスカ) WEB: http://www.hapisuka.com/ MAIL:toyosaka@hapisuka.com 水の公園福島潟 遊水館

新潟市北区前新田乙 311

TEL: 025-384-1211

WEB: http://www.hapisuka.com/

facilities/yusuikan.html

MAIL: yusuikan@hapisuka.com

北区文化会館

新潟市北区東栄町 1-1-5 TEL: 025-388-6900

WEB: http://www.kitaku-bunkakaikan.com/MAIL: kitaku.bunkakaikan@shiteikanrisha.jp

01 03 05 02 04 06











12月8日(日)に第13回となる北区ミニバス大 会が開催されました!

当日は男女合わせて 7 チームが参加して熱戦が繰り 広げられました。6年生は最後の大会となるチーム もあるようです。選手のみなさんお疲れ様でした。

男子の部 優勝 葛塚ウイングス 女子の部 優勝 EMBC 葛塚東







元旦歩こう会 に行ってきました!



今年も元旦歩こう会でハピスカのスタッフ がお手伝いをしてきました! 当日は約600 名の方が参加されたそうです。

今年も1年健康に過ごせますように♪

新潟市北区文化会館のお知らせる













春風亭昇太さんの門下生、昇市さん。瀧川鯉昇さんの門下生、柳若さん。二人の「二ツ目」さんによる瑞々しい高座をお楽しみください。

時間 開場13:30/開演14:00

新潟市北区文化会館スタジオ1 会場 料金 一般2,000円(自由席・限定60席) ※未就学児入場不可。

チケット 好評発売中 01 02 03 04 05 06

外壁工事が終了しました!!

2019年5月より行っていた外壁・屋上防水改修工事が終了いたしました。

工事中はご協力いただき、ありがとうございました。きれいになった外観を是非ご覧になってください!







【サンテラスを滑り止め加工】



【ポスターフレームの設置】

幼児すいえい教室体験会

開催日:2020年2月2日(日)

時 間:9:00~9:50

対 象:年少児6名・年中児16名

(当館水泳教室未経験者)

参加費:無料

受付:2020年1月12日(日)~

【窓口 10:30 ~・電話 11:00 ~】

◎特典

普段できない撮影をする

事ができます。

間近でお子様の頑張る姿

を見る事ができますよ!!

水中ウォーキングの効果(水圧編)

- *体の血液は心臓により全身へまわり、各筋肉の動きにより心臓へと戻ります。 水の中では、体に水圧を受け、血液の流れが促進され血流が良くなります。 水深が深いほど水圧も大きくなるので、特に下半身の循環が良くなり、むくみ改善にも 効果があります!
- *胸やお腹に受ける水圧により、呼吸に必要な筋肉がきたえられ、心肺機能向上につながります。

ハッピー

先着順!

開催:1月10日(金)~3月13日(金)の毎週金曜日

ウォーク 時間: 11:45~12:50

参加費:無料(どなたでもご参加いただけます) ※入場料別途

プール利用料金・時間等詳しくは遊水館までお問合せください。025-384-1211 (月曜休館) ゆうすいかん **Q**

