

タタラスポーツ邑だよし

<http://tatara-sportsmura.com/>



リフレッシュパーク&スポーツの森

五月の空を鯉のぼりがスイスイ

お花見も晴天が長く続き、1週間以上も楽しむことができました。さらに四月中旬からの暖かい陽気で野山の新緑も鮮やかに色づき、風薫る五月を迎えました。毎年恒例になった仁保川の鯉のぼりも「こどもの日」を前に、元気よく青空をスイスイ泳いでいます。ヤマツツジが咲き始めた市内の山間部では、早くも田植えの準備が始まっているそうです。新年度が始まって一か月が過ぎましたが、新入生や新しい団体が施設を利用することが多くなってきました。これからは、爽やかな初夏の天候が続き、健康づくりをするには最適の季節を迎えます。健康ブームにあやかって、ウォーキングや軽スポーツで体を動かし、いつまでもしなやかで丈夫な体を維持しましょう。次第に暑さも増してきますので、次の日に疲労やストレスを残さないように気をつけ、熱中症予防として水分補給と休息をこまめに行うようにしましょう。



やまぐちリフレッシュパークNEWS

大盛況！リフレッシュパークスポーツ教室スタート

どの教室もほぼ定員いっぱいとなり、アリーナにもにぎやかな声に戻ってきました。

5月からは、「リフレッシュヨガ」「初めてのからだ遊び」「Jr.ソフトテニス教室」も

始まります。しっかり体を動かし、いい汗をかきましょう！！

| 教室名 | 対象 | 曜日 |
|-------------|---------|---------|
| キッズスポーツ教室 | 1・2・3年生 | 火・水・木曜日 |
| 幼児体育教室 | 年少 | 火曜日 |
| 幼児体育教室 | 年中・年長 | 木・金曜日 |
| キッズ野球教室 | 1～6年生 | 火曜日 |
| Jr.サッカー教室 | 年長～3年生 | 木曜日 |
| いきいき健康教室 | 60歳～ | 水曜日 |
| レディーススポーツ教室 | 女性 | 木曜日 |

リフレ交流グラウンドゴルフ大会 開催！！

4月9日(土)に第2グラウンドにおきまして、交流グラウンドゴルフ大会が開催されました。好天に恵まれ、日頃鍛えた腕前を発揮され、交流を深めることができました。結果は以下の通りです。

- | | |
|-------------|--------------|
| 1位 中川 フジエさん | 2位 柳井 孝三さん |
| 3位 三石 輝夫さん | 4位 仲本 悦子さん |
| 5位 深光 武夫さん | おめでとうございます！！ |



山口市スポーツの森、山ロマツダ西京きずなスタジアムNEWS

「山口市スポーツの森」長寿命化の取り組みが始まります

山口市スポーツの森が開設して27年目を迎えます。山口市が本年度から5年間の計画で、スタジアム等の改修事業を実施することとなりました。

【スポーツの森の整備事業】

- ・耐震改修(吊天井の撤去)
- ・バックネット裏屋根、外壁、スタンドの防水補修等

長寿命化のための改修工事が本年度から始まります。ご不便をおかけしますがよろしくお願いいたします。



リフレッシュパーク

5月行事予定

| 日程 | 行事名 |
|---------|---|
| 1日 (日) | 全日本シニア県予選会長旗ソフトボール地区予選会 |
| 3日 (火) | GW杯小学生バレーボール大会 |
| 4日 (水) | GW杯小学生バレーボール大会 |
| 5日 (木) | GW杯小学生バレーボール大会 |
| 7日 (土) | サザングローイングカップ小学生バレーボール大会 高円宮学童野球選手権大会 |
| 8日 (日) | サザングローイングカップ小学生バレーボール大会 第1回Bクラスソフトボール大会 春季山口市近郊ソフトテニス大会 |
| 10日 (火) | レディースダブルス卓球大会 矢野健康体操実技研修会 |
| 11日 (水) | 山口県古希ソフトボール大会 |
| 12日 (木) | 大内地区老人クラブカローリング大会 |
| 14日 (土) | 社会人ソフトボール中国大会 |
| 15日 (日) | 社会人ソフトボール中国大会 |
| 19日 (木) | 県老人クラブシニアフォークダンス春季 山口市学校保健委員会 大内老人クラブ春の球技大会 |
| 21日 (土) | 高体連インターハイ県卓球大会 中体連春季ソフトボール大会 |
| 22日 (日) | 高体連インターハイ県卓球大会 中体連春季ソフトボール大会 |
| 27日 (金) | はあと保育園運動会 |
| 28日 (土) | 小学生定期剣道練成会 山口市職員労働組合委員長杯フットサル大会 |
| 29日 (日) | 山口市長旗争奪ソフトボール大会 |

スポーツの森

5月行事予定

| 日程 | 行事名 |
|---------|---|
| 1日 (日) | 中国五県都市対抗野球中国大会 |
| 3日 (火) | 山口市長杯高等学校硬式野球大会 |
| 4日 (水) | NPBガールズトーナメント軟式野球大会県予選 |
| 7日 (土) | マクドナルドトーナメント学童軟式野球大会 |
| 8日 (日) | マクドナルドトーナメント学童軟式野球大会 |
| 14日 (土) | 西日本軟式野球大会全国大会 |
| 15日 (日) | 西日本軟式野球大会全国大会 |
| 21日 (土) | マクドナルドトーナメント学童軟式野球大会 中国ろうきん杯学童軟式野球大会市内予選 |
| 28日 (土) | ネクスコ西日本親睦野球大会 中国ろうきん杯学童軟式野球大会市内予選 |
| 29日 (日) | 中国五県軟式野球大会 (C) 山口市サッカー協会リーグ戦AB |

高円宮賜杯第42回学童軟式野球大会
山口県大会開催



- 開催日 5月7日(土)、5月8日(日)
- 決勝大会 5月21日(土)です。

それぞれのチームが8月に開催される全国大会目指して頑張っています。熱戦が繰り広げられます。応援も頑張りましょう。

楽しみながら運動効果抜群!! オススメニュースポーツ No.5

『チャレンジ・ザ・ゲームその①』 「キャッチング・ザ・スティック」

10人が横一列に並び、向かって右から8人がスティック(2本)を持ち、左側の2人が待機。はじめ「セーノ、トン、トン、パッ」の掛け声に合わせて、スティックを床に2回突き、「パッ」で右隣の人のスティックを移動してキャッチ。全員が成功したら1カウントで、リズムに合わせて何回続けられるかを楽しみます。



『チャレンジ・ザ・ゲームその②』 「ドリブル・リレー」

5人が横一列に並び、右端から3人は1ずつドッジボールをもってスタンバイ。合図とともに交互の手でボール2回床に突き、みんなで同時に右に横移動(一番右端に来た人は左端に移動)。運動量もあり、スピードとテンポやリズムがポイントとなります。



タタラスポーツ邑

やまぐちリフレッシュパーク TEL083-927-7211
山口市スポーツの森 TEL083-928-1120



公式LINE QRコード