



第73回足立区民体育大会

陸上競技

日時 5月2日(土)、4日(月・祝) 午前9時30分 場所 都立舎人公園陸上競技場 対象 在住・在勤・在学および足立区陸上競技協会登録者※小・中学生1人1種目、高校・一般・壮年1人2種目まで(リレーは兼ねてよい)



種目 一般男子12種目、一般女子11種目、中学男子11種目、中学女子9種目、小学生【男女】14

種目、壮年男子9種目、壮年女子3種目 参加費 小・中学生個人1種目500円、高校生個人1種目600円、一般・壮年個人1種目700円、リレーは1チーム2,000円 申込期間 4月10日(金)～18日(土) 申込・問合せ 申込書をダウンロードしメール。担当・辻野 〒120-0046 小台2-3-21-304 ☎090-1424-8341 Entry_adachirk@yahoo.co.jp http://adachi-rk.main.jp/

ソフトボール競技

日時 6月7日(日)、14日(日)、21日(日)、28日(日)午前9時 場所 千住新橋野球場 対象・定員 在住・在勤で18歳以上の男女(学生除く)で編成された30チーム 参加費 1チーム8,000円 締切 5月10日(日) 代表者会議 5月30日(土)午後7時 総合スポーツセンター2階会議室

申込・問合せ 電話かFAXにて申込み。事務局・鈴木 ☎3896-3613

都民体育大会足立区予選会

クレール射撃競技

日時 4月29日(水・祝)午前8時 場所 成田射撃場(千葉県印西市山田166) 対象・定員 在住・在勤・在学で散弾銃を所持の男女(トラップ部門30人・スキート部門20人) 参加費 1部門6,000円 締切 4月10日(金)※当日射撃場での申込み可 申込・問合せ 電話。事務局・松田 ☎3911-9598

ジュニア育成推進事業

陸上強化練習会 主催 (公財)足立区体育協会、(公財)東京都体育協会、東京都 目的 ジュニアスポーツの普及と地域のジュニア選手の発掘・強化

を目的とした事業 日時 ①強化練習会 8月3日(月)、13日(木)、18日(火)、10月1日(木) ②ランニング教室と練習会 5月10日(日)、9月6日(日) 場所 帝京大学グループ千住総合グラウンド他 対象・定員 在住・在学の小・中・高校生①200人②50人 参加費 ①無料②50円 締切 当日まで受付 申込・問合せ 担当・高橋 ☎090-3694-7461



ライフスタイルの中にスポーツを！ 体協加盟団体に登録しているサークルを紹介

スポーツを通して様々な人々と交流をもちながら、夢中になって楽しめることは素敵なことですね！

あなたも生活のちょっとした隙間にスポーツを取り入れてみてはいかがでしょうか。毎日の暮らしが広がります。

スポーツをするとしたら……

あなたは何派？

- ◎早朝派(早起きして、仕事や学校に行く前に運動したい)
- ◎土・日派(休みの日に、気分転換を兼ねて楽しみたい)
- ◎平日の夜派(今日一日のストレスをスポーツで解消)

早朝派

ラジオ体操

- ◎島六ふれあい公園(6月1-7-1)午前6時30分～
- ◎千住本氷川神社(千住3-22)午前6時30分～6時40分
- ◎舎人公園フィットネス広場(古千谷1丁目)午前6時30分～
- ◎竹の塚第一公園(竹の塚6-19-1)午前6時25分～

土・日派

一輪車

- ◎ブルーキャット(土)(梅島小学校)午前9時～正午
- ◎足立鹿浜一輪車クラブ(日)(北鹿浜小学校)午前9時～正午

弓道

- ◎足立区弓道連盟(日～土)(千住スポーツ公園)午前9時～午後8時



なぎなた

- ◎千寿クラブ(日)(千寿双葉小学校)午後2時30分～4時30分
- ◎巴会(土)(総合スポーツセンター)午後3時30分～5時30分

ソフトボール

- ◎ASサイレンス(日)(千住新橋野球場)午前中
- ◎足立竹三クラブ(日)(竹の塚小学校)午前中
- ◎神子ベアーズ(火・土)(竹の塚第六公園)午前中

ゲートボール

- ◎西新井友の会(日)(諏訪木第二公園)午前9時～正午
- ◎足立区ゲートボール協会(日)(平野運動場)午前9時～正午

平日の夜派

柔道

- ◎野村道場(月)午後8時～9時(水・金)同6時～7時(☎3884-2461)
- ◎つたや道場(月・木)少年部：午後5時～7時 青年部：午後8時～10時(☎3881-4945)
- ◎四ツ家道場(月・火・木・金)午後7時～9時(☎3840-3623)

卓球

- ◎トマト倶楽部(金)(東綾瀬中学校)午後6時30分～9時
- ◎ARIES(火)(鹿浜地域体育館)午後6時30分～9時
- ◎古千谷卓球クラブ(火)(古千谷小学校)午後7時～9時

水泳

- ◎マンデー(月)(スイムスポーツセンター)午後6時30分～8時30分
- ◎日赤足立区救助員会(金)(スイムスポーツセンター)午後6時30分～8時30分
- ◎ビーチボールバレー Blue マーリン(月)(鹿浜菜の花中学校)午後7時～9時

- ◎梅田ビーチボールクラブ(水)(梅田地域体育館)午後7時～9時
- ◎無民クラブ(水)(梅島小学校)午後7時～9時
- ◎Happiness(木)(栗島中学校)午後7時～9時

「スポーツウエルネス吹矢」

- ◎綾瀬吹矢クラブ(第2・4月)(綾瀬住区センター)午後7時～9時
- ◎梅田吹矢会(木)(梅田地域学習センター)午後1時30分～3時30分
- ◎AH吹矢クラブ(金)(花畑地域学習センター)午後7時～9時



空手道

- ◎空手道聖龍会支部洋心館(火)(千寿桜堤中学校)午後7時～9時
- ◎日本空手道白龍会(水)(新田学園)午後7時～9時

体育協会には36のスポーツ団体が加盟しており今回紹介したサークル以外にもたくさんのサークルが活動しています。ご興味のある方は体育協会までご連絡をお願いいたします。 ※上記は主な活動場所です。

韓国相続 帰化 VISA (ビザ)



初回相談 無料 ☎03-6807-2290

東京都行政書士会所属 登録番号 14080479号 綾瀬2-24-8-901 綾瀬駅より徒歩5分

行政書士 吳尚憲 SH 行政書士事務所



一生お付き合いのできる地元の建設業者

NPO法人 住まいの相談室

新築・増改築・リフォーム 耐震・設計から施工まで お気軽に！

東京土建足立支部 足立区梅島1-2-26 ☎0120-845102

タスク補聴器

認定補聴器専門店

創業40年の安心と信頼

竹の塚店・綾瀬店・上野店 板橋店・草加店・越谷店

営業時間 10:00～18:00 定休日 日曜・祝日

ホームページ タスク補聴器 検索



タスク補聴器 竹の塚 東口 徒歩4分 ☎03-3884-3933

竹の塚店



タスク補聴器 綾瀬 西口 徒歩2分 ☎03-5680-6106

綾瀬店

介護保険で通うフィットネスジム

「キホン」が分かったら「ホンキ」でカラダがもっと動ける新提案！

体幹を鍛えて、いつまでも健康!! 運動不足解消から脳梗塞後遺症、変型性膝関節症、股関節症、パーキンソン病等難病の方の体力・筋力トレーニングまで経験豊富なトレーナーが皆様のカラダをサポートします!

訪問ヘルプステーション・居宅介護支援事業所併設

フィットネス デイ・ハンド・イン・ハンド ☎03-3855-9012

【住所】足立区西新井5-13-8