

## 総合運動公園プールで健康増進を図りましょう！

●問＝総合運動公園プール TEL 22-3969、TEL 21-0577

水泳は効率よく脂肪を燃焼できる有酸素運動です。水の適度な抵抗を受けながら筋肉を動かすため、バランス良く全身を鍛えられる筋トレの要素も兼ね備えており、継続することで引き締め効果も期待できます。

また、水中の浮力により膝や腰への負担が少ないのも大きな魅力です。幼児から高齢者まで、自分のペースで無理なく楽しみ、体力向上や健康維持、心身のリフレッシュを図ってみませんか。

### ◆利用料金（1回）

未就学児 105 円、小中高生 210 円、一般 419 円

### ▼ウォータースライダー・屋外プール

・期間 7月25日～8月25日

※未就学児はウォータースライダーの利用はできません

### ◆注意事項

水泳キャップ着用が必要です。

浮き輪などは禁止。

◆休館日 毎月 29・30・31 日

※4・7・9・1月は除く



## みやざき県民総合スポーツ祭 大会結果

第 20 回みやざき県民総合スポーツ祭が6月6日と7日の2日間をメイン日程とした全 19 日間で開催されました。

大会は、障がいの有無や年齢にとらわれず、広く県民がスポーツに親しむことで、健康増進や体力向上、生きがいづくりなどにつながることを県が毎年開催しているもの。来年の国スポ・障スポ会場となるひいらぎアリーナでは、トランポリン競技が実施されました。



### ◆個人種目(敬称略) ※6月14日開催分まで(1位～3位)

| 種目                     | 部門          | 順位   | 氏名                      |
|------------------------|-------------|------|-------------------------|
| 柔道                     | 男子 40 歳未満   | 2 位  | と お ば る け い た<br>遠原 圭太  |
|                        | 女子          | 1 位  | て ら も と か い り<br>寺本 佳伊梨 |
|                        | 〃           | 3 位  | た ば た あ れ ん<br>田畑 綾恋    |
| ウェイト<br>リフティング         | 男子 71 ｷﾛ級   | 1 位  | よしどめ ゆうき<br>吉留 裕貴       |
|                        | 男子 79 ｷﾛ級   | 2 位  | ふ じ た し ょ う た<br>藤田 将太  |
|                        | 男子 88 ｷﾛ級   | 1 位  | ほ そ や よ う た<br>細屋 陽太    |
|                        | 男子 110 ｷﾛ級  | 1 位  | もりおか た く み<br>森岡 拓未     |
|                        | 〃           | 3 位  | か ま た て つ ろ う<br>鎌田 哲朗  |
|                        | 男子 110 ｷﾛ超級 | 1 位  | ながまえ た い き<br>永前 大輝     |
|                        | 〃           | 2 位  | お お ま る の ぞ む<br>大丸 望   |
| トランポリン<br>バンピクラス       | 小学低学年       | 最優秀賞 | お お ひ ら は る と<br>大平 悠斗  |
|                        | 〃           | 最優秀賞 | お り た か す み<br>折田 果純    |
|                        | 小学高学年       | 最優秀賞 | い い だ な ぎ さ<br>飯田 渚     |
| トランポリン<br>ジャンプ<br>ミドル台 | 小学低学年       | 1 位  | お り た か す み<br>折田 果純    |
|                        | 小学高学年       | 1 位  | よしもと あんり<br>吉元 杏璃       |
|                        | 中学生         | 1 位  | む ら ち け ん<br>村脇 華       |
|                        | 20 ～ 39 才   | 1 位  | ほ か ぞ の み き<br>外園 未希    |

| 種目                     | 部門        | 順位  | 氏名                         |
|------------------------|-----------|-----|----------------------------|
| トランポリン<br>ジャンプ<br>ミドル台 | 40 代      | 1 位 | さ か ぐ ち ゆ う き<br>坂口 雄己     |
|                        | 50 代      | 1 位 | な が た ひ で ひ こ<br>永田 秀彦     |
|                        | 70 代      | 1 位 | や な ぎ ば し ま さ か ず<br>柳橋 昌一 |
| トランポリン<br>ジャンプ<br>ユーロ台 | 小学低学年     | 1 位 | お お む た ゆ う と<br>大牟田 悠仁    |
|                        | 小学高学年     | 1 位 | あ り む ら そ う ま<br>有村 颯真     |
|                        | 60 ～ 69 歳 | 1 位 | う え た に か つ き<br>上谷 克己     |
| スポーツ<br>ウエルネス吹矢        | 男子 8 ｾﾝ   | 1 位 | ひ ば り の た か ゆ き<br>鷗野 貴之   |
|                        | 女子 10 ｾﾝ  | 2 位 | は ら ぐ ち ゆ き こ<br>原口 幸子     |
| パークゴルフ                 | 男子        | 2 位 | た て や ま し げ も り<br>立山 重盛   |
|                        | 女子        | 1 位 | ふ く ど め<br>福留 のり子          |

### ◆団体種目 ※6月14日開催分まで(1位のみ)

| 種目             | 団体(個人) 名       |
|----------------|----------------|
| 卓球 (ラージボール)    | 小林市 A          |
| ハンドボール(男子)     | 小林市 A          |
| ミニバレー(女子第 2 部) | サニースカイ         |
| ペタンク           | 小林市 C          |
| 卓球バレー          | サンライズスポーツクラブ A |

■スポーツ振興課 TEL 48 - 1820