

市営プールで健康増進を！

水泳は脂肪燃焼効果が得られる有酸素運動です。また、水の抵抗による負荷を受けながら筋肉を動かすため、バランス良く全身の筋力を鍛えられる筋トレの要素も兼ね備えており、継続することで身体を引き締める効果も期待できます。

幼児から高齢者まで、自分に合った運動を行い、体力向上や健康維持など心身ともにリフレッシュしてみませんか。

◆利用料金（1回）

未就学児 105 円、小中高生 210 円、一般 419 円

◆利用時間 ▼月～金 10時～21時（最終受付 20時）

▼土・日・祝 10時～18時（最終受付 17時）

※ 11月～3月の月曜～金曜は 20時まで（最終受付 19時）

▼ウォータースライダー（小学生以上利用可）・屋外プール

7月25日～8月25日 10時～17時

◆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。

●問＝市営プール TEL 22 - 3969、TEL 21 - 0577



みやざき県民総合スポーツ祭 大会結果

◆個人種目(敬称略) ※6月8日開催分まで（1位～3位）

種目	部門	順位	氏名	
陸上競技	男子 100 ㈬ A	1 位	前田 啓稀	
	男子 1500 ㈬ D	2 位	内村 友一	
	男子 1500 ㈬ H	1 位	堀之内 邦洋	
	男子 1500 ㈬ J	1 位	下津佐 善文	
	男子 1500 ㈬ L	2 位	齋藤 和洋	
	男子 5000 ㈬ B	1 位	園田 亮介	
	男子 5 ㄑロード H	1 位	堀之内 邦洋	
	男子 5 ㄑロード J	2 位	下津佐 善文	
	男子 5 ㄑロード L	1 位	齋藤 和洋	
	男子 10 ㄑロード D	2 位	福留 裕	
		女子 100 ㈬ A	2 位	鎌田 美環
		女子走り幅跳び A	1 位	鎌田 美環
柔道	男子 25 才未満	3 位	朝廣 太海	
トランポリンバンビクラス(最優秀賞)	幼児	最優秀賞	大平 悠斗	
	小学低学年	最優秀賞	川野 彰仁	
	小学高学年	最優秀賞	瀧本 桃	
トランポリンジャンプミドル台	幼児	1 位	小野田 ゆい	
	小学高学年	1 位	吉元 杏璃	
	20～39 才	1 位	吉元 ひとみ	
			外園 未希	
	40 代	1 位	尾辻 智子	
	50 代	1 位	永田 秀彦	
60 代	1 位	柳橋 昌一		

種目	部門	順位	氏名
トランポリンジャンプユーロ台	小学低学年	1 位	大牟田 環奈
	小学高学年	1 位	今村 妃那
	高校生以上	1 位	宮毛 大志
ウェイトリフティング	男子 73 ㄑ級	2 位	吉留 裕貴
	男子 81 ㄑ級	1 位	藤田 将太
	男子 89 ㄑ級	2 位	春山 清人
	男子 109 ㄑ級	1 位	鎌田 哲朗
クレー射撃	—	3 位	山村 博嗣
ボウリング	一般	3 位	水野 将人
	シニア	1 位	水間 盛二
	レディース	2 位	水間 詩子
フラインディスクアキュラシー	5 ㈬ (80 代)	1 位	福留 新一
	7 ㈬ (80 代)	1 位	岩田 時夫
スポーツウエルネス吹矢	男子 8 ㈬	2 位	井上 裕二
	女子 8 ㈬	1 位	井上 琴恵
	女子 10 ㈬	3 位	原口 幸子

◆団体種目 ※6月8日開催分まで（1位のみ）

種目	団体(個人)名
ウェイトリフティング	小林市
ハンドボール(男子)	小林市 A
ハンドボール(女子)	小林市 A
ペタンク	小林市 D
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 22 - 7911