

夜間・屋外での  
スポーツの機会を増やそう！

## 夜間照明使用料 無料！

各スポーツ施設の照明使用料を無料とします。  
クラブ活動、サークル活動、地域交流活動など、  
積極的にご利用ください。

### 期間

2020/10/1 (木)  
～ 2021/3/31 (水)

### 対象施設

- 白岩競技場
- 白岩運動広場
- 白岩軽運動場
- 天神崎公園テニスコート
- 山内中央公園グラウンド・テニスコート
- 各小学校グラウンド  
(橘・朝日・武内・若木・東川登・西川登)

### 対象者

武雄市民

※対象施設を利用される際は、  
事前に施設の管理者へお申し込みください。



お問合せ スポーツ課 ☎0954-27-7091

## ニュースポーツってなに？

子どもから高齢者までを対象に  
「だれもが、いつでも、どこでも、いつまで  
も、気軽に自由に楽しめるスポーツ」  
として普及しています。

競い合うよりも「楽しむ」ことが重視され、  
幅広い年齢層のスポーツライフを  
豊かにするとして注目されています！

## 貸出OK！

子どもクラブ、婦人会、老人会、  
体育協会などの団体、職場への  
貸出も行います。

大会などで複数の台数が必要な場合は  
調整が必要ですので、  
早めに生涯学習課または各町公民館まで  
お申し出ください。

## 安全に活動するために！

- 3密を避けましょう  
周囲の人となるべく距離を空けましょう。  
室内では、定期的に換気をしましょう。
- 感染予防をしましょう  
休憩中や会話をする時はマスクを着用しましょう。  
こまめな手洗い、手指消毒をしましょう。
- 体調を確認しましょう  
活動する前には必ず検温を！  
発熱や咳、のどの痛みなどはないですか？

### お問合せ

生涯学習課 ☎0954-23-5168  
または各町公民館へお問合せ下さい。

# みんなで楽しく！ ニュースポーツ！

## 運動不足になっていませんか？

コロナ禍の中でも、体を動かすことはとても大切です。  
人と接する、話す機会が減り、家にこもりがちになると  
考える力の低下につながります。  
感染防止対策をとりながら、コミュニケーションをとり  
心地よい汗をかいてみませんか。

認知症予防

生活習慣病の  
予防・改善

転倒防止

ストレス解消

筋量、筋力の  
維持



## 各町公民館にニュースポーツ用具を設置しました！

### ビーンボウリング

あらかじめセットしてあるピンをめがけてボールを転がし、  
ピンを回転させて得点とするゲーム！  
ボウリングのように点数を競うもので、  
体格や体力に関係なく老若男女だれでも楽しめます！



### フロッカー

冬季オリンピック競技にも採用されているカーリングを基に、  
いつでも手軽に楽しめるよう平成5年「木材の町しんとく」  
で開発されました！フロッカーと呼ぶ木製ストーンを、ター  
ゲットと呼ぶ目標ストーンへ送球し、いかに近づけることが  
できるかを競う競技です！



### ヒットだ！ターゲット

ストラックアウトのレクリエーション版です！  
9分割の的を狙ってディスクやボールを投げる  
ゲームで、5m×10m程度の広さがあれば、  
屋内でも屋外でも遊べます！

