



スポーツがっしが

つくる
～あなたの夢を技術で創造～

下 (株) トーヨー建設
代表取締役 岡田吉充
葛飾区柴又7-1-11 ☎36594-1321

〈グループ会社〉
・(株) 岡田不動産 東京都指定法人
葛飾区柴又7-1-11 ☎(3659) 1321
・新小岩営業所
葛飾区新小岩1-52-10 ラコナス1F

No.354

平成30年(2018年)
(毎月15日発行)

葛飾区奥戸総合スポーツセンター TEL(3691)7111
〒124-0022 葛飾区奥戸7-17-1 FAX(5698)1752



2面=わんぱく相撲葛飾区大会、こやのエンジョイくらぶ「板フェスタ」、各種スポーツ大会、ほか 3面=第1期スポーツコースのお勧め、施設抽選/予約/休館スケジュール、ほか 4面=ピックアップ!スポーツがっしが

平成30年度 区民健康体カテスト 測定会

葛飾区 体カテスト

検索

平成30年度も、区内各地域の7カ所で体カテスト測定会を実施します!
ご自身の健康や体力状況が気になる方、ご家族・友人と一緒にぜひご参加ください!

測定種目一覧 ※雨天時には一部実施されない種目がありますので、ご了承ください。

種目	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	立ち幅跳び	20mシャトルラン	50m走	ソフトボール投げ	ハンドボール投げ	開眼片足立	10m障害物歩行	6分間歩行	測定合計数
年齢													
6~11才	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	8
12~19才	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	8
20~64才	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	6
65~79才	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	6

会場図 (予定)



ご希望の会場へお越しください!

Point ① 無料で参加! お気軽に測定できます!

子どもから高齢の方(6才~79才)まで、家族や友人等、みんなで参加できます。
※当日の健康状態チェックによっては、測定をお断りする場合があります。

Point ② 結果表はその場でお渡しします!

専用のソフトによりご自身の体力年齢が表示され、判定員によるアドバイスを受けることができます。

Point ③ 体組成測定で健康管理!!

体力測定と併せて、体組成測定を実施します(20才以上)。フィットネスクラブに導入実績がある最新の測定器によって、「体脂肪量」や「筋肉量」などの体組成分析や体内バランスが約40秒で数値化され一目でわかります。
自分の体内バランスを知ることによって、今後の健康管理のきっかけにしてみてください。

第1回

区民健康体カテスト測定会

葛飾区 体カテスト 検索

日 5月27日(日) 水元中学校(水元3-20-1)

【時間】午前の部 午前9時受付開始、正午終了(予定) ※午前・午後
午後の部 午後1時受付開始、午後4時終了(予定) 内容は同一です。

※6才~79才の男女(区内在住・在学・在勤の方)

※6才未満及び80才以上の方もご参加いただけますが、測定器が対応していない為、正確な測定データをお渡しできない場合があります。

※無料 ※午前・午後各100人程度

※1)電子申請=区ホームページからパソコン・スマートフォンにて、必要事項を入力してください。

※2)往復ハガキによる郵送申込=往復ハガキに①希望の会場・時間帯(午前か午後)②過去の参加履歴(平成28年度・29年度)③氏名(ふりがな)④住所⑤電話番号⑥性別⑦生年月日⑧身長⑨体重を書いてお申し込みください。

※3)指定申込用紙によるファクス申込=申込用紙を奥戸・水元各総合スポーツセンター 体育館、温水プール館にて入手するか、区ホームページからダウンロードしてファクスでお申し込みください。

※5月18日(金)必着 ※第1回体カテスト測定会(水元中)係あて

※当日の健康状態や血圧測定値により、測定をお断りする場合があります。



新小岩いきいき・わくわく健康コミュニティ

JR新小岩駅のすぐ近く、「私学事業団総合運動場」にて、年間を通してテニスやレクリエーションスポーツに参加できる「事前登録制」健康スポーツ教室を実施します(各種目には指導者が常駐します)。

1 社会人硬式テニス教室
日 4月27日、5月25日、6月29日、7月27日、8月24日、9月28日、10月26日、11月23日、平成31年1月25日、2月22日、3月29日(計11日)
私学事業団総合運動場テニスコート2面
午後7時から午後9時(各金曜日)
※区内在住・在勤の一般男女(16才以上)
定 各回30人 費 1回2,000円(1人)
※テニスラケットはご持参ください。

2 ジュニア硬式テニス教室
日 4月28日、5月26日、6月30日、7月28日、8月25日、9月29日、10月27日、11月24日、平成31年1月26日、2月23日、3月30日(計11日)
私学事業団総合運動場テニスコート2面
午前10時から正午(各土曜日)
※区内在住・在学の小学4~6年生(平成30年度)
定 各回30人 費 1回1,500円(1人)
※テニスラケットはご持参ください。

3 ユニバーサルスポレク教室 ※3種目受講できます
種目1: レクリエーションポッチャ
日 4月28日、7月28日、10月27日、平成31年1月26日(計4回)
種目2: 健康ダーツ
日 5月26日、8月25日、11月24日、平成31年2月23日(計4回)
種目3: 健康スポーツ吹矢
日 6月30日、9月29日、12月22日、平成31年3月30日(計4回)

私学事業団総合運動場クラブハウス内第2・3会議室
午前9時から午前11時(各土曜日)
※区内在住・在勤・在学の一般男女
障害のある方は、事前に連絡ください。
定 各回20人 費 1回300円(1人)

共通事項
※1)区ホームページまたはパソコン、スマートフォンより電子申請にてお申し込みください。
※2)専用の申込用紙を入手のうえ、ファクスにてお申し込みください。(申込用紙は、奥戸・水元各総合スポーツセンター体育館受付、温水プール館受付にて配布しております)
※3)往復ハガキに希望教室、参加者全員の①住所②氏名(ふりがな)③年齢④電話・FAX番号を明記のうえ、代表者にO印をして下記までお申し込みください。なお、テニス教室は⑤テニス経験の有無⑥学校名/学年/保護者名を記入してください(⑥はジュニアテニスのみ)。
※希望する教室(1~3)にお申し込みいただき、当選された方は、年間を通して参加してください。また、受講料はその都度、会場にてお支払いください(参加状況により、追加募集する場合があります)。
※各教室申し込み多数の場合は抽選となります。
※4月16日(月)必着

スポかつに広告を掲載しませんか?

掲載箇所は、1面下部左枠、掲載料金は41,800円(税込・1ヶ月分)

詳細につきましてはホームページ内の問い合わせメール又は下記までお電話ください。

※広告内容は区民への生活情報の提供にふさわしいものとさせていただきます。

奥戸総合スポーツセンター体育館 指定管理者事務局 担当:友常(トモツネ) ☎(3691)7111

広告(内容については広告主にお問い合わせください。)

幼稚園児の年中さんから大学生まで!

お楽しみのテニスから本格的に強くなりたいジュニアまで! 年齢とレベルで分かれていますので、自分に合ったクラスで上達しましょう!

先ずはお電話にて無料体験レッスンの予約をどうぞ!

金町インドアテニススクール TEL 03-3608-5670 住所:葛飾区東金町5-10-8



ホームページのご案内

葛飾区体育館施設指定管理者のホームページ <http://www.spo-katsushika.esforta.jp/>
各施設の画像や利用方法・地図などご覧いただけます。

問
合
目
込
先
み

〒124-0022 葛飾区奥戸7-17-1
奥戸総合スポーツセンター内生涯スポーツ課 ☎(3691)7111 FAX(5698)1752