



スポーツ施設紹介

※年末年始(12月28日~1月4日)は全施設休館となります。
(一部年末特定営業あり)
※休館日が休日の場合はその翌日が休館日となります。

秩父宮記念体育館

休館日:第2月曜日
(トレーニング室は第2・4月曜日)

〒251-0026藤沢市鵜沼東8-2
藤沢駅から徒歩10分

電話 0466-22-5335
FAX 0466-28-5749

鵜沼運動施設 (八部公園プール)

休館日:第2・4月曜日
(プールは毎週月曜日)

〒251-0037藤沢市鵜沼海岸6-12-1
鵜沼海岸駅から徒歩10分

電話 0466-36-1607
FAX 0466-36-1754

秋葉台文化体育館

休館日:第3月曜日
(トレーニングルーム・サウナ・球技場は第1・3月曜日)

〒252-0816藤沢市遠藤2000-1
湘南台駅からバス10分

電話 0466-88-1111
FAX 0466-88-8687

秋葉台公園プール

休館日:毎週月曜日

〒252-0816藤沢市遠藤2000-1
湘南台駅からバス10分

電話 0466-88-1811
FAX 0466-88-0081

石名坂温水プール

休館日:毎週火曜日
長期臨時休業

2012年10月15日(月)~2013年3月15日(金)
〒251-0875藤沢市本藤沢1-10-1
藤沢本町駅から徒歩10分

電話 0466-82-5131
FAX 0466-82-5132

スイミングライフ
応援しています。

Swimming Life

水着・スイムCap・ゴーグル・みみせん・ビートバン他

(有)ルートワン

お問い合わせ先 〒165-0023 東京都中野区江原町1-22-4 tel 03-3951-9224

秩父宮記念体育館、秋葉台文化体育館(以上スポーツ用品のみ)、八部公園プール、秋葉台公園プール、石名坂温水プール(以上水泳用具のみ)で販売しております。

みる・する・ささえる 生涯スポーツ

DASH!

ダッシュ

ふじさわ

2012年
秋号
Vol.47



Doctor's Voice!
骨粗鬆症とスポーツ

ロンドンオリンピック
パラリンピック

藤沢市ゆかりの選手たち 報告

トレーニングルーム活用術!
ウォーキングとコーディネーショントレーニング

秋~冬のイベント・教室予定

PR協力:小田急電鉄(株)



公益財団法人
藤沢市みらい創造財団 スポーツ事業部

再生紙を使用しています

藤沢市ゆかりの選手たち

ロンドン オリンピック

開催期間：2012年7月27日～8月12日

藤沢市在住



テニス(シングルス・ダブル)
添田 豪
 藤沢市立小糸小学校・大庭中学校
 藤沢翔陽高校出身
 シングルス 1回戦
 ダブルス 1回戦 健闘!!

藤沢市在住



シカドボトスイング
酒井 麻里子
 チーム 5 位入賞 おめでとう!!



陸上競技(100m)
山本 亮太
 慶應義塾大学総合政策学部
 湘南藤沢キャンパス在学
 100m 準決勝 3 組 6 位 健闘!!
 4x400m リレー 5 位入賞
 おめでとう!!



水泳(平泳ぎ)
立石 諒
 藤沢市立龍沼小学校
 藤沢市立第一中学校
 湘南工科大学附属高校
 慶應義塾大学環境情報学部
 湘南藤沢キャンパス在学
 100m 平泳ぎ 準決勝 7 位 健闘!!
 200m 平泳ぎ 銅メダル
 おめでとう!!



セーリング(レーザー・ラジアル級)
土居 愛実
 慶應義塾大学環境情報学部
 湘南藤沢キャンパス在学
 レーザー・ラジアル級 31 位 健闘!!



自転車(ロード)
別府 史之
 藤沢北高校出身
 (現・藤沢総合高校)
 個人ロードレース 22 位
 個人ロードタイムトライアル 24 位
 健闘!!



セーリング(470級)
近藤 愛
 日本大学生物資源科学部出身
 70 級 14 位 健闘!!



陸上競技(800m)
横田 真人
 慶應義塾大学総合政策学部
 湘南藤沢キャンパス出身
 800m 予選 5 組 4 着 健闘!!

感動をありがとう!! 日本選手団

ロンドン パラリンピック

開催期間：2012年8月29日～9月9日

藤沢市在住



自転車(トラック・ロード)
石井 雅史
 藤沢学園藤沢高校出身
 藤沢市みらい創造財団所属
 個人 C4-5 1km 4 分 51 秒
 6 位入賞 おめでとう!!
 個人 C4 個人 10 分 45 秒 9 位 健闘!!
 個人 C4 個人 10 分 45 秒 11 位 健闘!!



陸上競技(100m・200m 走輪跳)
高桑 早生
 慶應義塾大学総合政策学部
 湘南藤沢キャンパス在学
 100m T44 7 位入賞 おめでとう!!
 200m T44 7 位入賞 おめでとう!!
 走輪跳 T42/44 15 位 健闘!!

石井雅史選手ロンドンパラリンピック報告
 ご声援ありがとうございました!

4年前の北京パラリンピック後の翌年、イタリアでのロード世界選手権で落車し、複数箇所の骨折や肺の損傷などの重傷を負ってからは、懸命なリハビリの続く辛い長い時期を乗り越えて再びパラリンピックの舞台に戻ることができた石井選手。障がいの程度によるクラスが統合されメダル争いが激化する中、復帰後は思うようにタイムが出ず苦しんでいましたが、1kmタイムトライアルでは、事故後の石井選手にとっての自己ベストでフィニッシュし、見事6位入賞という結果を出す事ができました。

レース終了後の石井選手コメントです。～引用 sportsnavi～
 「何事もやり続けていくこと、諦めたら終わりなんです。自分の信じた道だから、苦勞も乗り越えられるんだと思います。この場に立てた事が、一番の喜び。」
 「自分の信じた道をやり続けてきて、本当に良かったという気持ちでいっぱい。パラリンピック発祥の地ロンドンで競技ができた私は本当に幸せ者です。」
 今後とも、皆様からの温かいご声援をどうぞよろしくお願い致します!

石井雅史 (藤沢市みらい創造財団職員) プロフィール
 1972年12月23日生 元競輪選手。2001年練習中の事故で高次脳機能障害を負う。その後障害者自転車競技に取り組み、2008年北京パラリンピックで金、銀、銅メダルを獲得。

[Photo: Yuko SATO]

Doctor's Voice!



藤沢市医師会のご協力により、体や健康についてスポーツ医学を中心に、医学の面からの見解や助言を掲載していきます。スポーツをされている方、これからされる方、是非参考にしてみてください。



西村整形外科
 院長 西村 和博

骨粗鬆症とスポーツ

先日、腰痛で来られた70歳ぐらいの女性の方に、腰の骨のレントゲンで少し潰れている骨があったので、骨粗鬆症で腰の骨が少し潰れかかっていることをお話しましたら、「私は水泳に、グランドゴルフに、登山をやっています。日ごろから運動をしていて骨がそんなに脆くなるはずがありません!」とちょっと叱られてしまいました。骨粗鬆症のことを詳細にご説明し、ご納得いただいたのですが、骨粗鬆症に対して誤解をされている方がいらっしゃるようであります。今回は、骨粗鬆症にスポーツがどのように関与するのかをお話させていただこうかと思っております。

骨粗鬆症は運動をすることで予防が出来るのでしょうか。ある研究において、定期的に運動をされている高齢者の群と運動を行わない群とでは骨密度に有意な差を認めたとの報告があります。したがって、運動によって骨粗鬆症の進行を抑制することは出来るようであります。しかし、残念ながら運動を行っていても骨粗鬆症にならないで、簡単に骨折を起し、寝たきりになるのを予防できるわけではないのです。

それでは、どうしたら早い時期に骨粗鬆症に気づくことができるのでしょうか。それは早めの検診だと思います。骨密度測定をはじめ、骨粗鬆症へのなりやすさを問診で判断してもらうことが、骨粗鬆症の早期発見、早期治療につながります。

特に女性に限ってのお話ですが、骨粗鬆症のなりやすさは母・娘の間に強い関係があることがわかっております。ご自分の母親や年上の姉妹が骨粗鬆症になって治療をしているのであれば、ご自分も骨粗鬆症になる可能性が非常に高いということです。そういう方は閉経前から骨粗鬆症に注意を向けていく必要があるかと思っております。

骨粗鬆症の予防は閉経前からも大切です。人が骨強度を高める時期は、女性ですと初潮から18歳までとされております。この時期に、骨強度を最大限にしておきませんと、将来、骨粗鬆症になりやすくなるわけです。

では、この時期に最大限の骨密度を得るにはどうしたらよいのでしょうか。多くの研究が発表されておりますが、簡単にまとめてみると①運動を適度に行うこと。特に骨格に荷重がかかる運動はより効果的である。②紫外線に当たることで、ビタミンDが多く合成され、ミネラル吸収が促進される。③良質のたんぱく質やミネラルの多い食品を積極的に摂取する。卵、緑黄色野菜、牛乳、乳製品は特に効果的である。④ダイエットを控える。などが上げられております。18歳以後もこれらの事を守っていただければ、骨密度の低下を最小限にすることが出来ます。逆に運動をせず、偏食や無理なダイエットを行えば、急速な骨密度の低下を招き、閉経前より骨粗鬆症になりやすい状態になってしまう

可能性があります。最後にスポーツが骨粗鬆症を招く原因になることがある話をしたいと思います。トップアスリートの女性選手たちの抱える大きな問題の一つに、生理不順があります。生理がなくなることで、選手生活が潤滑に行えるとの事で、一部の選手は歓迎をしているようですが、この状態は一時的な閉経と同じであります。つまり、急速な骨密度低下を招く恐れがあり、問題となっております。18歳未満の女性選手が過度な運動にてホルモンバランスを崩し、運動を続けている話を耳にします。よい成績を収めることも大切ですが、将来、体を壊してしまうのではスポーツの本質を見失っているかと思っております。是非、考え直していただきたいと思っております。

適度な運動は丈夫な体を作り、健全な精神を養います。一生にわたり運動を継続することにより、健康的な生活を育んでくれます。現在の若い世代は室内に籠もりがちな仕事が多かったり、ファーストフードなどの偏在的な食事をしたり、過激なダイエットをされたりと、将来、骨粗鬆症になってしまうのではないかと大変、危惧しております。適度な運動を屋外で行い、バランスのよい食事を生涯通して行うことが大切ではないかと思っております

DyDo
 Drink Message

おいしさで話をしよう。
 ダイドードリンコ

<http://www.dydo.co.jp/>

トレーニンググループ 活用術!

～ウォーキングとコーディネーショントレーニング～

歩行時の協調性を整えるコーディネーショントレーニングを紹介します。

コーディネーション能力が高いことは、**器用に動ける・身のこなしが良くなる・専門技術の修得が早くなる**と言われています。また、ウォーキング時のコーディネーション能力が高くなることは、**転倒予防**などの効果につながります。

年齢を重ねたり、スポーツ種目に特化した動きに習熟することで、かえって手足の協調性が損なわれる場合があります。

今回ご紹介する歩き方では、歩行動作時の**手足の協調性を整える**ことを目的としています。

ウォーキングをしながら、左右交互に手足を動かします。10歩ずつ歩いてみましょう。

①腕:片方の腕は上に伸ばし、もう片方の腕は肘を曲げ指先を肩に触れるように近づけます。
脚:肘を曲げている側の腿を上げます。それを交互に動かし、歩きます。



②腕:片方の腕は横に伸ばし、もう片方の腕は肘を曲げ指先を肩に触れるように近づけます。
脚:肘を曲げている側の腿を上げます。それを交互に動かし、歩きます。



③腕:片方の腕は前に伸ばし、もう片方の腕は肘を曲げ指先を肩に触れるように近づけます。
脚:肘を曲げている側の腿を上げます。それを交互に動かし、歩きます。



④慣れてきたら、①～③をつなげて歩いてみましょう。
⑤さらに慣れてきたら、ランニングやスキップのステップでやってみましょう!

善行大越スポーツクラブ



スポーツの秋到来!!
秋の無料体験もやっています!!
気軽に運動始めてみませんか?

おいでよ! トランポリンの街、善行へ!

内容	場所	曜日	開始時間	金額(1ヵ月)
トランポリン	大越小	火曜	16:20	¥3,000
		火曜	17:20	
		土曜	9:30	
		土曜	10:30	
		土曜	11:30	
		日曜	10:30	
善行小	善行中	月曜	16:20	¥4,000
		金曜	16:30	
		月曜	18:30	
善行中	善行小	水曜	18:30	¥3,000
		土曜	18:30	
サッカー	秋葉台	火曜	16:00	¥5,040
		水曜	16:30	
空手	大越小	水曜	17:00	¥4,000
		土曜	9:30	
体操	善行小	木曜	16:15	¥3,500
おはようスポーツ	善行小	日曜	8:20	¥3,000
		大越小	日曜	
エアロ&ヨガ	体育セ	金曜	10:00	¥2,000
健脳健骨	善行小	土曜	11:00	¥1,300
太極拳	大越小	日曜	10:00	¥2,000
スポーツ吹矢	善行小	土曜	12:30	¥1,500
			9:00	
ノルディックウォーキング	善行小	第2第4日曜日	9:00	¥300
小学生英語	善行団地	月曜	15:30	¥4,500

私達、善行大越スポーツクラブ(ZOSC)は文部科学省推奨の総合型地域スポーツクラブとして非営利で、藤沢市の教育委員会の公認のもと、善行小学校の中で事務所を構え、活動しています。小中学校の体育施設をはじめとする公共体育施設を活用し、年間を通して、どこでも、だれでも、いつまでも気軽にスポーツが楽しめる環境をつくり、生涯スポーツ社会の創造、地域コミュニティの創造、心身ともに健康な子供の育成を実現すべく活動しています。
ZOSCでは、トランポリンを中心とした左記のような多種類のスポーツプログラムを展開し、それぞれの趣向に合わせてスポーツを楽しむことができます。さらに、多くの世代の方々に楽しんでいただけるプログラムが揃っていて、赤ちゃんから年齢の高い方まで元気に活動されています。子供の笑顔、高齢者の方の元気な姿に囲まれながら、多くの方々に楽しくスポーツ活動をしていただける環境となっていて、いつからでも参加可能ですので、無料体験も受付中ですので、お気軽に足を運んでみてください!



善行大越スポーツクラブ

住所: 藤沢市善行団地6-1
善行小学校西門
電話: 0466-77-5345
mail: zosc@cityfujisawa.ne.jp
HP: http://www.cityfujisawa.ne.jp/~zosc/

イベント開催情報・参加者募集

障がい者スポーツユニバーサルスポーツイベント ふれあいスポーツ交流会～ローリングバレーボール～

日時 11月10日(土) 13:00～16:30

会場 秋葉台文化体育館第1体育室

対象 小さなお子様からお年寄りの方まで
障がいの有無に関わらずどなたでも

いつもと違うバレーボールにチャレンジ!
「思いやりのパス」「心と心のキャッチボール」で新しいユニバーサルスポーツの世界を体験してみよう!

参加申込 申込不要 当日直接来館してください

問い合わせ 0466-22-5633 参加料 無料



親子de一緒にコーディネーショントレーニング体験

日時 12月8日(土) 13:30～16:00

会場 秋葉台文化体育館 第2体育室(実技) 大会議室(講義)

対象 小学1～4年生とその保護者
30組60人(必ず親子2人1組での申込み)
親子のふれあいやジュニア期に著しい発達が見られる神経系の調整能力を刺激しながら子どもたちの体力向上に努めます。

参加申込 11月17日 13時から先着順(電話受付)

問い合わせ 0466-88-1111 受講料 1組 1,500円



ハートフルフェスタ2012 in 秩父宮記念体育館

日時 11月11日(日) 10:00～16:00

会場 秩父宮記念体育館

イベント 広報ふじさわ・ホームページ等でお知らせします。

お祭り感覚で楽しめる射的、ヨーヨーつり、スーパーボールすくい、大道芸、アーチェリー体験、茶会、フリーマーケットなどの人気イベント(地域感謝祭)を開催します。

【フリーマーケット出店者募集】
申込日 10月20日(土) 9:30～10:00
※10:00～約20分説明
申込会場 秩父宮記念体育館 2F研修室
出店ブース代 1,000円 30ブース(抽選)

問い合わせ 0466-22-5335



年末 テニスコート開放

日時 12月28日(金)～30日(日) 9:30～15:30

会場 八部公園テニスコート
人工芝/3面・ハードコート/5面

対象 テニスコート利用の個人登録をされている方
日頃市内テニスコートをご利用いただいている方々へ感謝の意味をこめて、年末の休場日に八部公園テニスコートを一般開放します。

参加申込 12月1日(土)～9日(日)来館申込(電話不可) 公開抽選12月11日(火)

問い合わせ 0466-36-1607 利用料 2時間1,200円



サイクルチャレンジ藤沢 in 秋葉台

日時 11月23日(金・祝) 12:00～16:00

会場 秋葉台公園第2駐車場

対象 自転車に乗れるお子様(自転車はご自分のものをお持ちください)
※補助輪が取れていないお子様はご相談ください

内容 プロの自転車レーサーが、楽しくて安全な自転車の乗り方を教えてくれます。一本橋やスラロームにも挑戦してみよう!数にさがりがございますがタンデム自転車(二人乗り)・ストライダー・競技用自転車等の貸し出しもあります。

参加申込 要事前申込

問い合わせ 0466-88-1111 参加料 無料

広報ふじさわ、ホームページ等でお知らせします。



新春!秋葉台 元気祭

日時 2013年1月12日(土)

会場 秋葉台公園プール

対象 どなたでも参加できます

新年のスタートは秋葉台から!年末からの運動不足を解消!大人から子どもまで楽しめるイベント(ゲーム&レクリエーション)を用意しています。

参加申込 申込不要 当日直接プールへお越しください

問い合わせ 0466-88-1811 参加料 無料 ※入場料別



ゆとりある空間に、ハイクオリティーな
装備を誇る日野リエッセII。
スポーティーなフロントマスク、
華やかで気品あるインテリアも、
バスツーリングへの期待をよりいっそう高めます。

小型バス
HINO
LIESSÉ II

横浜日野自動車株式会社

〒251-0001 藤沢市西宮730-1
TEL:0466-81-0135 FAX:0466-83-0979



日野自動車

写真はEX(運動用特別仕様車)
(26人乗り・20人乗り)



秋 冬 スポーツ教室開催予定表

●各教室とも詳細については直接施設にお問い合わせください。
 ●「公開抽選」…申込受付期間中(休館日除く)申込を受け、定員を超えた場合抽選となります。
 ●対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たなかった場合は申込受付期間後、市外の方もお申し込みいただくことができます。

秩父宮記念体育館 ☎0466-22-5335									
教室名	実施日(時期)	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	受講料	会場	申込受付
オープン教室 コンディショニング エクササイズ	10/1.15.22 11/5.19.26 12/3.17	月	9:00~11:00	1回	40人	どなたでも参加できます	300円	サブアリーナ	申込不要 実施日時に直接来館
オープン教室 健康体操	10/2.16.23.30 11/6.13.20.27 12/4.11.18.25	火	9:00~11:00	1回	60人	どなたでも参加できます	300円	サブアリーナ	申込不要 実施日時に直接来館
オープン教室 レクダンス・フォークダンス 火曜日	10/2.16.23.30 11/13.20.27 12/4.11.18.25	火	13:00~15:00	1回	60人	どなたでも参加できます	300円	サブアリーナ	申込不要 実施日時に直接来館
オープン教室 からだ調整ストレッチ	10/2.16.23.30 11/6.13.20.27 12/4.11.18.25	火	16:00~16:45	1回	20人	どなたでも参加できます	300円	サブアリーナ	申込不要 実施日時に直接来館
オープン教室 ヨガ	10/3.10.17.24 11/7.14.21.28 12/5.12.19	水	19:15~20:30	1回	50人	どなたでも参加できます	300円	武道室	申込不要 実施日時に直接来館
オープン教室 シェイプアップエアロ	10/5.12.19 11/2.9.16.30 12/7.14.21	金	9:15~10:30	1回	50人	どなたでも参加できます	300円	サブアリーナ	申込不要 実施日時に直接来館
オープン教室 ボクササイズ	10/5.12.19 11/2.9.16.30 12/7.14.21	金	10:45~12:00	1回	40人	どなたでも参加できます	300円	サブアリーナ	申込不要 実施日時に直接来館
オープン教室 レクダンス・フォークダンス 金曜日	10/5.12.19 11/9.16.30 12/7.14.21	金	13:00~15:00	1回	80人	どなたでも参加できます	300円	メインアリーナ	申込不要 実施日時に直接来館
走ろう! 湘南藤沢市民マラソン ランニングクリニック	11/10.17.24 12/8.15. 22 1/5.12.19(予備日)	土	10:00~11:30	8回	15人	18歳以上の方、 6~7分/kmで5km以上走れる方	4,000円	体育館周辺 トレーニング室 ほか	公開抽選10/26(金) (申込受付10/18~25)
のびのび体操Ⅱ	1/9.16.23.30 2/6.13.20.27 3/6.13	水	14:30~15:30	10回	25人	市内在住・在園の年中児 (H19.4.2~H20.4.1生れ)	7,000円	サブアリーナ	公開抽選12/19(水) (申込受付12/12~18)
ちびっこ体操Ⅱ	1/9.16.23.30 2/6.13.20.27 3/6.13	水	16:00~17:00	10回	25人	市内在住・在園の年長児 (H18.4.2~H19.4.1生れ)	7,000円	サブアリーナ	公開抽選12/19(水) (申込受付12/12~18)
児童体操	1/10.17.24.31 2/7.14.21.28 3/7.14	木	15:40~16:40	10回	25人	市内在住・在学の 小学1~2年生	7,000円	サブアリーナ	公開抽選12/20(木) (申込受付12/13~19)
お母さんのための ヘルスアップエクササイズⅡ (託児付)	1/11.18.25 2/1.8.15.22 3/1.8.15	金	13:00~15:00	10回	20人	市内在住・在勤の 1~3歳児を持つお母さん	9,500円	武道室	公開抽選12/14(金) (申込受付12/7~13) (12/10休館)
ヨガ (初級)	1/19.26 2/2.9.16.23 3/2.9	土	9:15~10:45	8回	40人	どなたでも参加できます	4,000円	武道室	公開抽選12/22(土) (申込受付12/15~21)
減量&生活習慣病予防・改善 3ヶ月プログラムⅥ	1/19.22.26.29 2/2.5.9.16.19.23.26 3/2.5.9.12.16	火・土	19:15~20:45	16回	8人	運動習慣のあまりない方	9,600円	トレーニング室 ほか	公開抽選12/22(土) (申込受付12/15~21)
バレエストレッチ	1/17.24.31 2/7.14.21.28 3/7	木	13:00~14:45	8回	30人	どなたでも参加できます	4,000円	武道室	1/7(月) 9:00から先着順 電話もしくは来館

教室名	実施日(時期)	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	受講料	会場	申込受付
スーパーボディメイク講座	毎月1~2回		2時間	1回	20人	トレーニング登録者	500円	武道室 ほか	開催の1ヶ月前より先着順 電話もしくは来館
トレーニング登録講座	詳細は施設へお問い合わせください		1~2時間	1回	20人	市内在住・在勤・在学の方 茅ヶ崎市・寒川町在住の方 ※中学生以上	大人500円 中学生200円	会議室 トレーニング室	事前に電話または 来館にて予約

秋葉台文化体育館 ☎0466-88-1111									
教室名	実施日(時期)	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	受講料	会場	申込受付
オープン教室 ACTIVE-YOGA (アクティブ・ヨガ)	10/1.22.29 11/5.12.26 12/3.10	月	9:30~10:45	1回	50人	どなたでも参加できます	300円	第2 体育室	申込不要 実施日に直接体育館へ ※バスタオル持参
オープン教室 体づくり教室	10/2.9.16.23.30 11/6.13.20.27 12/4.11.18.25	火	9:30~10:45	1回	50人	どなたでも参加できます	300円	第2 体育室	申込不要 実施日に直接体育館へ ※バスタオル・室内シューズ持参
オープン教室 サタデー・エアロビクス天国	10/13.20.27 11/3.10.17.24 12/1.8.15.22	土	11:10~12:25	1回	30人	どなたでも参加できます	300円	第3 体育室	申込不要 実施日に直接体育館へ ※室内シューズ持参
燃やせ体脂肪 エアロビクス(秋)	10/31 11/7.14.21.28 12/5.12.19	水	9:30~11:00	8回	30人	どなたでも参加できます	4,000円	第2 体育室	10/10(水) 13:00から先着順 電話受付
小学生バドミントン	1/22.29 2/5.12.19.26 3/5.12	火	16:30~18:00	8回	30人	小学1~6年生	5,600円	第1 体育室	12/25(火) 13:00から先着順 電話受付
ヒップ&ウエスト シェイプアップ	1/23.30 2/6.13.20.27 3/6.13	水	9:30~11:00	8回	50人	どなたでも参加できます	4,000円	第2 体育室	12/26(水) 13:00から先着順 電話受付
秋葉台運動能力向上計画 跳び箱&逆上がり編Ⅱ	1/30 2/6.13.20.27	水	16:30~18:00	5回	30人	市内在住・在学の 小学1~6年生	3,500円	第2 体育室	公開抽選1/16(水)14:00 (申込受付1/9~15来館)
秋葉台運動能力向上計画 幼児(年少)体操編	2/14.21.28 3/7.14.21	木	15:00~16:00	6回	25人	市内在住・在学の年少児 (H20.4.2~H21.4.1生れ)	4,200円	第1 体育室	公開抽選1/31(木)14:00 (申込受付1/24~30来館)
市民スポーツデー 無料開放事業 サイクルオープンDay	10/8 12/24 1/6	月・日	12:00~16:00	各月 1回	なし	小学生以下の児童とその保護者	無料	第2 駐車場	申込不要 自転車はご自身でお持ちください ヘルメット・手袋着用。
市民スポーツデー 無料開放事業 人工芝球技場	12/2.1/6	日	9:00~12:00	各月 1回	なし	小学生以下の児童とその保護者	無料	球技場	申込不要

秋葉台公園プール ☎0466-88-1811									
教室名	実施日(時期)	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	受講料	会場	申込受付
個人スイムレッスン 30分コース	通年 (7/1~9/30除く)		30分	1回	1人	どなたでも参加できます	1,000円	プール	事前に電話または 来館にて予約
個人スイムレッスン 60分コース	通年 (7/1~9/30除く)		60分	1回	1人	どなたでも参加できます	2,000円	プール	事前に電話または 来館にて予約
タイムトライアル ~ベストスイマーへの道~	通年 (7/1~9/30除く)		休憩時間	1日	2人	どなたでも参加できます	100円 (入場料別)	プール	事前に電話または 来館にて予約
グループスイムレッスン	11/9 12/8 11/16 12/15 11/2 12/1	水・金 土	開館日によって 異なります 施設にお問い合わせください	1回	10人	小学1~3年生 小学4~6年生 5.6歳の未就学児	1,000円	プール	11月分:10/19(金) 12月分:11/22(木) 1月分:12/21(金) 9:00から先着順 電話受付
腰痛水中体操 (筋力向上編)	10/16.23.30 11/6.13.20.27 12/4.11.18	火	10:30~12:30	10回	20人	腰痛・肩こり・関節痛で お悩みの方	7,500円	プール 会議室 ほか	10/2(火) 13:00から先着順 電話受付
にこにこ水泳(秋)	11/6.13.20.27 12/4.11	火	16:00~17:00	6回	20人	市内在住・在園で3歳から6歳までの オムツの取れた未就学児 (H18.4.2~H21.4.1生れ)	6,000円	プール	公開抽選10/30(火)16:00 (申込受付10/14~10/28来館) (10/15,10/22休館)
ハッスル水泳 (小学生編)	11/7.14.21.28 12/5.12	水	17:00~18:00	6回	20人	市内在住・在学の 小学1~6年生	6,000円	プール	公開抽選10/30(火)17:00 (申込受付10/14~10/28来館) (10/15,10/22休館)
日本赤十字社正規講習 救急法救急員資格継続研修	12/9	日	9:00~13:00	1回	30人	平成19年4月に降に 救急法救急員養成講習会を受講し、 その有効期限が1年未満の方	1,300円	体育館	11/1(木) 13:00から先着順 電話受付
日本赤十字社正規講習 水上安全法資格継続研修	12/9	日	14:00~18:00	1回	30人	平成19年4月に降に 水上安全法講習会またはIIを受講し、 その有効期限が1年未満の方	1,300円	体育館	11/1(木) 13:00から先着順 電話受付
日本赤十字社正規講習 幼児安全法資格継続研修	12/16	日	9:00~13:00	1回	30人	平成19年4月に降に 幼児安全法支援員養成講習会を受講し、 その有効期限が1年未満の方	1,300円	体育館	11/1(木) 13:00から先着順 電話受付



教室名	実施日(時期)	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	受講料	会場	申込受付
アクアピクス (中・上級編)	1/10,17,24,31 2/7,14,21,28	木	9:30~11:00	8回	20人	18歳以上の方	6,000円	プール	12/20(木) 13:00から先着順 電話受付
ハッスル水泳 (泳力アップ編)	1/11,18,25 2/1,8,15,22 3/1	金	18:00~19:30	8回	20人	市内在住・在学で 100M個人メドレーが泳げる小学1~6年生	6,400円	プール	公開抽選12/24(月)16:00 (申込受付12/9~12/23来館) (12/10,12/17休館)

鶴沼運動施設 ☎0466-36-1607

教室名	実施日(時期)	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	受講料	会場	申込受付
ヨガ(秋)	10/30 11/6,13,20,27 12/4	火	11:15~12:30	6回	20人	どなたでも参加できます	5,400円	2階 ロビー	10/16(火) 8:30から先着順 電話もしくは来館
自力整体法(秋) ~歪み矯正~	11/2,9,16,30 12/7,14	金	13:15~14:15	6回	14人	60歳以上の方	3,000円	会議室他	10/19(金) 8:30から先着順 電話もしくは来館
フォローアップ講座	通年(予約制)		60分~90分	1回	1人	トレーニング登録者	1,000円	会議室・ トレーニング ルーム等	事前に電話または 来館にて予約
パーソナルトレーニング	通年(予約制)		60分~90分	1回	1人	トレーニング登録者	2,000円	会議室・ トレーニング ルーム等	事前に電話または 来館にて予約
グループレッスン	通年(予約制)		60分~75分	1回	1人	トレーニング登録者	1人 500円	会議室・ トレーニング ルーム等	事前に電話または 来館にて予約
トレーニング講座	毎月2回 日曜日 詳細は施設へお問い合わせください		60分	1回	30人	市内在住・在勤・在学の 高校生以上	大人500円	会議室・ トレーニング ルーム等	事前に電話または 来館にて予約
トレーニング講座 (併用講座)	毎月平日 5回程度 詳細は施設へお問い合わせください		60分	1回	12人	茅ヶ崎市・寒川町在住の 高校生以上	大人500円	会議室・ トレーニング ルーム等	事前に電話または 来館にて予約
トレーニング講座 (中学生専用併用講座)	毎月2回 金曜日または日曜日 詳細は施設へお問い合わせください		60分	1回	10人	市内在住・在学、 茅ヶ崎市・寒川町在住の中学生	中学生200円	会議室・ トレーニング ルーム等	事前に電話または 来館にて予約
スタジオプログラム (ショートエクササイズ)	毎週15回程度 月間予定表または ホームページをご確認ください		30分~45分	1回	14~ 30人	トレーニング登録者	入場料 のみ	2階 ロビー	申込不要 実施日時に直接来館 ※開始1時間前から先着順
健康づくり相談	通年(予約制)		30分	1回	1人	どなたでも参加できます	無料	会議室・ トレーニング ルーム等	事前に電話または 来館にて予約
カルチャースクール (詳細未定)	2012年秋・冬 開催予定		調整中	1回	調整中	どなたでも参加できます	調整中	会議室他	広報等で お知らせいたします

八部公園プール ☎0466-36-1607

教室名	実施日(時期)	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	受講料	会場	申込受付
個人スイムレッスン (30分コース)	通年 (7・8・9月除く)	予約制	30分	1回	1人	どなたでも参加できます	1,000円	プール	事前に電話または 来館にて予約
個人スイムレッスン (60分コース)			60分	1回	1人	どなたでも参加できます	2,000円	プール	事前に電話または 来館にて予約
オープン教室 ~エンジョイ!健康水中運動~ 下半期	10/2,16,30 11/6,13,20,27 12/4,11,18	火	14:00~15:00	1回	10人	どなたでも参加できます	100円 (入場料別)	プール	申込不要 実施日時に直接プールへ ※13:00から先着順
エンジョイ! 未就学児スイムスクール ~秋~(前期クラス)	10/30 11/2,6,9,13,16	火・金	16:00~17:00	6回	20人	市内在住・在園の 年中児・年長児 (H18.4.2~H20.4.1生れ)	5,400円	プール	公開抽選10/16(火) (応募期間10/1~10/15) (10/9休館)
エンジョイ! 未就学児スイムスクール ~秋~(後期クラス)	11/27,30 12/4,7,11,14	火・金	16:00~17:00	6回	20人	市内在住・在園の 年中児・年長児 (H18.4.2~H20.4.1生れ)	5,400円	プール	公開抽選11/13(火) (応募期間10/28~11/11)



教室名	実施日(時期)	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	受講料	会場	申込受付
腰痛・水中体操講座 ~冬春水曜クラス~	1/9,16,23,30 2/6,13,20,27 3/6,13	水	11:30~13:00	10回	20人	腰痛あるいは腰痛ぎみの方	9,000円	会議室 プール	公開抽選12/17(月) (応募期間12/2~12/16) (12/10休館)
腰痛・水中体操講座 ~冬春金曜クラス~	1/11,18,25 2/1,8,15,22 3/1,8,15	金	11:30~13:00	10回	20人	腰痛あるいは腰痛ぎみの方	9,000円	会議室 プール	公開抽選12/17(月) (応募期間12/2~12/16) (12/10休館)
エンジョイ! ナイター水泳教室 ~冬春クラス~	1/9,16,23,30 2/6,13,20,27 3/6,13	水	19:00~20:30	10回	25人	18歳以上の方	9,000円	プール	公開抽選12/17(月) (応募期間12/2~12/16) (12/10休館)
エンジョイ! シルバー水泳教室(中級) ~冬春クラス~	1/17,24,31 2/7,14,21,28 3/7,14	木	11:50~13:00	9回	25人	60歳以上の方 (クロールで20m以上泳げる方)	7,200円	プール	公開抽選12/17(月) (応募期間12/2~12/16) (12/10休館)
エンジョイ! シルバー水泳教室(初級) ~冬春クラス~	1/18,25 2/1,8,15,22 3/1,8,15	金	12:50~14:00	9回	20人	60歳以上の方 (クロールで15mくらい泳げる方まで)	7,200円	プール	公開抽選12/17(月) (応募期間12/2~12/16) (12/10休館)
エンジョイ! シルバー水泳教室(中・上級) ~冬春クラス~	1/8,22,29 2/5,19,26 3/5,12,19	火	11:50~13:00	9回	20人	60歳以上の方 (クロールで25m以上泳げる方)	7,200円	プール	公開抽選12/17(月) (応募期間12/2~12/16) (12/10休館)
エンジョイ! トレーニング&アクアコンディショニング ~冬春クラス~	1/10,17,24,31 2/7,14,21,28 3/7,14	木	19:20~20:30	10回	10人	18歳以上の方	9,000円	2階ロビー プール	公開抽選12/17(月) (応募期間12/2~12/16) (12/10休館)

公益財団法人 藤沢市みらい創造財団 青少年事業部・芸術文化事業部 事業案内

◆秋のレクリエーション大会◆

【日時】10月28日(日)10:00~15:00
【場所】藤沢市少年の森
【内容】吹き矢、パターゴルフ、のこぎり選手権(予定)など、子ども達が楽しめる色々な遊び盛りだくさん。すべてまわると景品もあります!昨年はハロウィン風に仮装もしました!
【その他】当日受付。臨時駐車場あり。

◆楽しいコンサート◆

【日時】11月4日(日)14:30~15:30
【場所】辻堂青少年会館
【内容】バイオリン・フルート・歌のコンサートと楽器体験
【対象】どなたでも30人
【費用】無料
【問・申】10月3日(水)9:00~
辻堂青少年会館へ電話または来館で。

◆第14回藤沢市親子ふれあいコンサート◆

【日時】12月9日(日)
〈開場〉13:00 〈開演〉13:30 〈終了〉15:30
【場所】藤沢市民会館大ホール
【内容】音楽家によるコンサート・参加者との合唱会
和太鼓集団「ふじ」によるパフォーマンス
【定員】1300人(先着順)
【費用】無料
【問】青少年事業部 0466-25-5215

問い合わせ

藤沢青少年会館 藤沢市朝日町10-8 (0466-25-5215)
辻堂青少年会館 藤沢市辻堂2-8-31 (0466-36-3002)
少年の森 藤沢市打戻2345 (0466-48-7234)

◎おもひでぼろぼろ◎

【日時】10月14日(日)15:00
【会場】藤沢市民会館大ホール
【料金】S席 4,000円 A席 3,500円
(小学生 500円引) (全席指定)

◎湘南台トワイライトコンサート◎ ~名曲・名演シリーズ 室内楽編 VOL.2~

【日時】10月27日(土)16:00
【会場】湘南台文化センター市民シアター
【料金】2,500円(自由席) 【出演】竹澤健・森裕子

◎メキシカンマリンの響き◎ ~PaaX パーカッション~

【日時】12月9日(日)15:00
【会場】湘南台文化センター市民シアター
【料金】2,800円(全席指定)
【出演】古徳景子・バックス

◎音楽映画研究会◎

【日時】12月22日(土) 14:00 VOL.1『愛情物語』
2013年1月12日(土) 14:00 VOL.2『愛の調べ』
2013年2月9日(土) 14:00 VOL.3『歌劇王カルーソ』
【会場】藤沢市民会館小ホール
【料金】連続券 5,000円 各回券 2,000円(全席自由)
【出演】『愛情物語』 曾根順子・山山紀子
『愛の調べ』 原田圭・小松紀子
『歌劇王カルーソ』 青柳素晴・安坂克則・布施雅也
山田精一・黒澤美雪

チケット取り扱い

藤沢市民会館 藤沢市鶴沼東8-1 (0466-28-1135)
湘南台文化センター 藤沢市湘南台1-8 (0466-45-1550)
財団HPより <http://www.f-mirai.jp/arts/>
問い合わせ 芸術文化事業部 (0466-28-1135)





注目の オープン教室紹介



スポーツの秋がやってきました!
今年の秋は、どなたでも参加できるオープン教室で、新しいことにチャレンジしてみませんか?
各施設で特に注目のオープン教室をご紹介します!

ボクササイズ

- 日程 10月 5日,12日,19日
11月 2日,9日,16日,30日
12月 7日,14日,21日
- 曜日 金曜日 時間 10:45~12:00
- 場所 秩父宮記念体育館サブアリーナ
- 対象 どなたでも参加できます
- 定員 40人 参加料 300円
- 参加申込 申込不要。実施日に直接体育館へ
- 内容 気分爽快&ストレス発散! 有酸素運動でシェイプアップ!!



サタデー・エアロピクス天国

- 日程 10月 13日,20日,27日
11月 3日,10日,17日,24日
12月 1日,8日,15日,22日
- 曜日 土曜日 時間 11:10~12:25
- 場所 秋葉台文化体育館第3体育室
- 対象 どなたでも参加できます
- 定員 30人 参加料 300円
- 参加申込 申込不要。実施日に直接体育館へ(先着) ※室内履き・バスタオル持参
- 内容 明るいインストラクターと一緒に身体を動かして、たくさんの汗をかきストレス発散しましょう!



体づくり教室

- 日程 10月 2日,9日,16日,23日,30日
11月 6日,13日,20日,27日
12月 4日,11日,18日,25日
- 曜日 火曜日 時間 9:30~10:45
- 場所 秋葉台文化体育館第2体育室
- 対象 どなたでも参加できます
- 定員 50人 参加料 300円
- 参加申込 申込不要。実施日に直接体育館へ(先着) ※室内履き・バスタオル持参
- 内容 3か月毎にテーマが変わり1年を通して楽しく健康づくりをしましょう! 今回のテーマは「全身運動+シェイプアップ」になります。楽しいプログラムになっていますので是非一度参加してみてください。



エンジョイ!健康水中運動~ 下半期

- 日程 10月 2日,16日,30日
11月 6日,13日,20日,27日
12月 4日,11日,18日
- 曜日 火曜日 時間 14:00~15:00
- 場所 八部公園プール
- 対象 どなたでも参加できます
- 定員 10人 参加料 100円(入場料別)
- 参加申込 申込不要。実施日時に直接プールへ ※13:00から先着順
- 内容 水中ウォーキングを中心に筋肉や関節に負担をかけずに水中で楽しく運動をしていきます。プールがはじめての方でも無理なく体を動かせるプログラムになっています。



イベント報告

ボーイズシンクロチーム「INDIGO BLUE」のシンクロライブ♪♪

秋葉台公園プール 7/15  	石名坂温水プール 7/16  	八部公園プール 9/9  
---	---	---

今回初めて3施設にてボーイズシンクロチーム「INDIGO BLUE(インディゴブルー)」によるシンクロライブを行いました。INDIGO BLUE(インディゴブルー)は、関東・関西に活動拠点を置き、東京・京都に在住する大学生を中心とした18~24歳のボーイズで構成されているシンクロチームです。ライブは若さあふれるパワーと迫力で終始目が離せない演技となり、最後には拍手が鳴りやまず、観客の皆さんもとても満足そうでした。

第12回 ザ・ビーチ2012 7/28

ビーチ競技の総合No.1を決定するビーチの祭典が今年も鶴沼海岸で開催されました。当日は、31チームによる熱い戦いが焼けた砂浜の上で繰り広げられ、観客の応援にも自然と熱が入り、選手とともに大いに盛り上がりました。本財団チームは、決勝戦で惜しくも敗れましたが、過去最高の成績を収めることができました。



第20回 ビーチバレー湘南2012 8/11-12

近年、ビーチバレーが一般の方にも浸透してきていて、今年も幅広い年代のビーチバレー愛好者から多くの参加がありました。夏のビーチで仲間と一緒に汗を流し、ビーチバレーを通して交流ができた大会となりました。



第6回 神奈川県中学生ビーチバレー大会 8/5

本大会は今年で6回目を迎え、中学生たちによるハイレベルな激戦がおこなわれました。熱い砂浜で一つのボールを仲間と追いかけて、喜びを分かち合っている様子がとても印象的でした。男子の部では、藤沢市の「しいたけ(御所見中)」,女子の部では鎌倉市の「手広中A」が見事優勝を果たしました。



第3回 湘南藤沢カップ全国中学生ビーチバレー大会 U-14 8/18-19

今年で3回目を迎える大会で、全国各地からの代表チームが鶴沼海岸常設ビーチバレーコートに集結し、2日間の熱い激戦を繰り広げ見ごたえのある試合ばかりでした。全国各地のビーチバレーコートで練習を積んできたチームが増え、中学生のビーチバレーのレベルが年々上がっています。来年もまたさらにレベルアップしたプレーが期待されます。



- | | |
|---|--|
| 男子の部
優勝 富士見クラブA (埼玉県富士見市)
準優勝 藤沢クラブA (神奈川県藤沢市)
第3位 久米中SMILES (愛知県松山市)
// 上越春日ボーイズ (新潟県上越市) | 女子の部
優勝 明治3号 (神奈川県藤沢市)
準優勝 鎌倉市立手広中学校 (神奈川県鎌倉市)
第3位 愛知淑徳中/レ一部 (愛知県名古屋市)
// 大隈中学校 (鹿児島県曾於市) |
|---|--|

市民総合体育大会結果報告

第67回藤沢市民総合体育大会地区対抗競技の表彰式が行われました。5月6日のバレーボール競技を皮切りに開催されました地区対抗競技の部については、9月2日卓球競技をもって終了しました。

大会の結果、滝の沢地区が219点で総合優勝を果たしました。入賞地区、各種目ごとの結果については以下の通りです。



地区対抗競技の部	順位	地区名	得点
	優勝	滝の沢	219.0点
	準優勝	鶴洋	191.0点
	第3位	遠藤	179.5点
	第4位	高谷	177.0点
	第5位	亀井野	160.0点
	第6位	藤沢	157.5点

種目別	種目競技	優勝	準優勝	3位	
	バレーボール	総合	羽鳥地区	湘南台地区	藤沢地区
男子の部		羽鳥地区	滝の沢地区	亀井野地区	大道地区
女子の部		羽鳥地区	藤沢地区	明治地区	湘南台地区
	軟式野球	滝の沢地区	長後地区	高谷地区	善行地区
	バドミントン	鶴沼地区	大清水地区	遠藤地区	天神地区
	ソフトボール	駒寄地区	大道地区	滝の沢地区	大庭地区
	硬式テニス	鶴洋地区	滝の沢地区	片瀬地区	鶴南地区
	ソフトテニス	亀井野地区	片瀬地区	遠藤地区	天神地区
	卓球	滝の沢地区	中里地区	鶴洋地区	辻堂地区

第26回 ビーチバレージャパン 8/17・18・19

8月17日から19日までの3日間、藤沢市鶴沼海岸常設ビーチバレーコートにて開催されました。

2日目には雷の影響で中断もありましたが、3日間、迫力あるハイレベルな戦いが繰り広げられました。ロンドン五輪代表の朝日健太郎選手・白鳥勝浩選手ペアも出場しましたが、準決勝で長谷川翔選手・仲矢靖央選手ペアにフルセットの末惜しくも敗退し、白鳥選手の個人連勝記録も10で途絶えてしまいました。優勝は、藤沢を拠点としている井上真弥選手・長谷川徳海選手ペアが悲願の初優勝を果たしました。

女子も男子に劣らず白熱した試合が展開され、田中姿子選手・溝江明香選手ペアが決勝でフルセットの末、優勝を果たしました。また、田中姿子選手は個人として2連覇を成し遂げました。



写真提供:ビーチバレースタイル

Na 49mg

Na(ナトリウム)は、カラダから失われた水分を回復するのに大切です。

ポカリスエットは100mlあたり49mgで、潤いたカラダをすみやかにうります。

水よりも、ヒトの身体に近い水。

Otsuka 大塚製薬 <http://pocarisweat.jp/>



「体育の日」スポーツ施設 **無料** 利用のご案内

国民の祝日、「体育の日」10月8日(月・祝)に次の施設を無料でご利用いただけます。ぜひ、ご利用ください。

施設名	施設区分	利用時間
秩父宮記念体育館・秋葉台文化体育館・鶴沼運動施設	トレーニング室	9:00～21:00
秋葉台公園プール・八部公園プール・石名坂温水プール	プール(室内)	9:30～20:00

※トレーニング室の利用につきましては、事前に登録が必要です。 ※駐車場は有料となります。

臨時休館のお知らせ

石名坂温水プール(注1)	2012年10月15日(月)～2013年3月15日(金)	施設修繕のため
八部公園プール(注2)	2012年10月22日(月)～10月26日(金)	水の入替作業および保守点検のため

※(注1)石名坂温水プールは、予約窓口、会議室は通常どおり営業しております。

※(注2)八部公園プールは、プール・トレーニングルーム・サウナのみ休館。予約窓口等他の施設は通常どおり営業しております。(22日は全館休館)

賛助会員募集

スポーツ事業部では、市民のスポーツ・レクリエーション活動の普及振興を図ることを目的に、明日を担うスポーツ青少年の育成や奨励、また、市民の皆さまを対象とした事業等に活用させていただきたいと考えております。この目的に賛同していただける賛助会員を募集しております。

個人会員 1口2,000円以上 団体会員 1口5,000円以上

賛助会員加入者名簿(2012/6/12～2012/9/7)

個人会員				
石田 靖孝 様	川口 正晴 様	川口 知恵子 様	吉澤 宏直 様	若林 信男 様
団体会員				
藤沢市山岳協会 様	藤沢市テニス協会 様	藤沢市フォークダンス協会 様	藤沢市ターゲットバードゴルフ協会 様	藤沢市スポーツ推進委員協議会 様
藤沢健康体操クラブ第九 様	合資会社 関水スポーツ 様	有限会社 山籠造園土木興業 様	普川造園株式会社 様	社会福祉法人 光友会 様
藤沢市野球協会(少年部) 様	株式会社橋本造園土木 様	東京ビジネスサービス 株式会社 様	株式会社嵯峨造園土木 様	株式会社佐野造園土木 様
ナショナルペンディング株式会社 様	湘南真向会 様	藤沢マジシャンズクラブ 様	健康体操第一クラブもみじ会 様	財団法人 藤沢市産業振興財団 様
辻堂地区青少年育成協力会 様	藤沢商工会議所 様	えぼしクラブ 様	株式会社高倉園グリーンセンター 様	さがみ農協 藤沢市農業経営士協議会 様
藤沢グリーンライオンズクラブ 様	有限会社三陽電気商会 様	株式会社湘南宮繕協会 様	湘南アーキテクチャ株式会社 様	株式会社東幸 湘南営業所 様
株式会社ワイシーソリューションズ 様				

みらい創造財団スポーツ事業部のホームページおよびe-mailについて

ホームページからスポーツ事業部が運営する体育館、プールなどの情報を見ることができます。またe-mailにて質問やご意見、ご感想を承っております。

ホームページ <http://f-mirai.jp/sports/>
e-mail sports@f-mirai.jp

公益財団法人 藤沢市みらい創造財団
スポーツ事業部 庶務・事業担当
TEL 0466-22-5633

編集後記

白熱したロンドンオリンピック、パラリンピックも終わりました。
選手たちの勇姿が私たちに多くの感動と勇気を与えてくれましたね。
スポーツを楽しむ心をいつまでも忘れずに、過剰しやすすい季節になったスポーツの秋、元気に体を動かしましょう!!

DASH!ふじさわ 2012年(平成24年)10月1日発行
発行元/〒251-0026 藤沢市鶴沼東8番2号 公益財団法人藤沢市みらい創造財団 スポーツ事業部
デザイン・印刷 (株)さんこうどう



うるおいと喜びを。
<http://www.jbinc.co.jp>

ジャパンビバレッジは、北海道から沖縄まで全国各地に事業所をもつ自動販売機オペレーターとして、うるおいと喜びをお届けしています。