



### 冬の大野町スポーツ振興会主催事業



#### 「ストレッチ教室」

1月16日(木)、大野公民館ホールにてスポーツ少年団を対象に「ストレッチ教室」を開催し、町内の選手、保護者、指導者など40名が参加しました。大分県理学療法士会の方の指導で、ストレッチの重要性と筋力トレーニングについて学びました。また、天心堂さんのご協力で「インボディ測定器の体験会」があり、自身の筋肉量やそのバランスを知ることができました。



大分県理学療法士会豊肥支部の  
左から林さん、赤峰さん、藤田さん



天心堂の佐藤さん



良いパフォーマンスは  
良いストレッチから!



#### 「スケートに行こう!」

1月19日(日)、城島アイススケート場にてスケート教室を開催し、町内の小中学生と保護者18名が参加しました。大野公民館に集合し、バスで会場の城島高原へ出発。大分県スケート連盟の指導者から、靴の履き方から教わり、初めは手すりにつかまりながら滑っていた参加者も、ひとりで滑れるようになりました。



#### 「スポーツ医科学研修講座」

2月17日(月)、大野公民館ホールにてスポーツ医科学研修講座を開催しました。町内外から81名の参加があり、講師の牧先生より生涯、動けるからだをつくるために実技を交えてお話していただきました。



講師の牧健一郎先生  
(大場整形外科 理学療法士)



天心堂のインボディ測定



裏面につづく



元気いっぱい!

# 放課後チャレンジ教室

講師の先生、地域のボランティアさん、ありがとうございました!



12/7 料理教室



1/15 サッカー教室



1/22 読みかたり

1/29 工作



2/5 読みかたり

2/19 工作



2/12 朝倉文夫記念館出前講座

令和6年度の放課後チャレンジ教室は、3/5が最後となります。



# ぼたん桜ウォーキング

参加者募集! 先着100名



開催日: 2025年4月6日(日)

受付8:00~ スタート9:00

参加料: 500円 ※未就学児無料

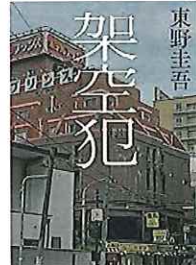
春の師田原、歩いてみませんか。

参加記念品やスイーツあり!

ゴール後は、サイクルパークおおのにて無料の足湯が利用できます。



# 新着図書を紹介



架空犯/東野圭吾



最高のチームはみんな使っている 心理的安全性をつくる言葉55/石井遼介



わたしが「わたし」を助ける心理学—/橋本翔太



地面師たち ファイナル・バンツ/新庄耕



JA全農広報部にきいた 世界一おいしい野菜の食べ方



やる気1%ごはん テキトーでも美味しくつくれる悶絶レシピ 500/まるみキッチン



自分をもっと好きになる【ハピかわ】かわいいルール



# 公民館行事予定

3月13日	木	市図書館蔵書の回収日
4月6日	日	大野町ぼたん桜ウォーキング

※変更になる場合があります。