

応援します! あなたの健康づくり

フィットこうとう



NO.78 平成24年(2012年) 9月15日発行

公益財団法人
江東区健康スポーツ公社
〒135-0016 江東区東陽二丁目1番1号 ☎3647-5402
ホームページURL <http://www.koto-hsc.or.jp/>

江東区スポーツ施設情報紙

10月8日 体育の日は みんなで行こう! スポーツセンター!!



Let's Dance!

スポーツ会館・亀戸SC・有明SC・東砂SC・深川北SC
ダンス教室 合同発表会!

★フラダンス 深川北スポーツセンター 12:10～
★キッズダンス 亀戸スポーツセンター 14:30～

各センターの教室受講生のみなさんが、日頃の成果を発表します。
ご家族・お友達で応援にお越しく下さい。

※見学等に関するお問い合わせは、各会場のスポーツセンターまで。
また、見学の際には「室内履き・スリッパ」等をご用意ください。



Go! Go!

プール・トレーニング室
体育の日無料公開

※各スポーツセンターで開催。(所在地等は中面参照)
※プール・トレーニング室ともに最終入場は21:30

●**プール** 9:30～21:45
※スポーツ会館は17:30～(予定)
※深川スポーツセンターにはプールはありません。

プール利用に関して

- ・水着と水泳帽が必要です。
- ・おむつを使用していないおむね3歳以上の方がご利用できます。小学3年生までは18歳以上の保護者の同伴が必要です。(保護者1人につき、こども3人まで)また、小学生同士の入場は4年生からで、2人以上での入場となります。(18時以降は保護者と一緒にご利用ください)
- ・妊娠されている方は、深川北スポーツセンターのウォーキングコース以外にご利用できません。

●**トレーニング室** 9:00～21:50

トレーニング室利用に関して

- ・運動のできる服装と室内履きが必要です。(Gパン・チノパン等不可)
- ・中学生を除く15歳以上の方がご利用いただけます。

その他にも各センターで盛り沢山のイベントを開催します。詳しくは中面で!!

第15回 家族でヨ～イドン!

深川の子運動会



富岡地区の町会、自治会、PTAなど約40の団体により組織された実行委員会形式で開催する地域密着型の運動会です。いろいろな競技を用意して皆様のご来場をお待ちしています。詳細は、深川スポーツセンターホームページをご覧ください。
(http://www.koto-hsc.or.jp/sports_center2/)

プログラム(対象)

- 9:00～9:20 参加者受付・抽選カード配布(全員)
- オープニングセレモニー 開会式・ゆり～とダンス(全員)
- 深川横断ウルトラクイズ(全員)
- 明治小学校マーチングバンド 演奏・演技
- われら太公望!魚つりレース(幼児・親子・シニア)
- 深川っ子鉄人レース(小学生)
- 2人で仲良く風船割りレース(大人・シニア)
- 深川っ子と大人の玉入れ対決(全員)
- バン喰い大競争(全員)
- お楽しみ抽選会(全員)
- フィナーレ(全員)

【事前申込】専用申込書をFAX・電話または受付へ直接お申込みください。
※事前申込者も参加者受付時間(9:00～9:20)に会場へ

【当日申込】参加者受付時間(9:00～9:20)に会場にて

【参加費】無料

【持ち物】室内履き

【会場】3階 大体育室

【主催】深川っ子運動会実行委員会

【お問合せ】深川スポーツセンター ☎3820-5881
※種目は一部変更となる場合があります。



2020年オリンピック・パラリンピックを日本で!

Table with 4 columns: イベント名, 開催時間, 対象, 申込方法. Includes events like ダブルスバドミントン大会, 高校生弓道大会, etc.

Table with 4 columns: イベント名, 開催時間, 対象, 申込方法. Includes events like フラを踊ろう1曲マスター, キッズダンス発表会, etc.

Table with 4 columns: イベント名, 開催時間, 対象, 申込方法. Includes events like キッズパーク, ZUMBA, Little Wings & joy 発表会, etc.

お申込方法表記および参加に伴う注意事項

参加方法, 申込方法表記一覧表, 参加されるみなさまへ ~イベントに関する注意事項~

Table with 4 columns: イベント名, 開催時間, 対象, 申込方法. Includes events like 癒されヨガ, ベーシックステップエアロ, etc.

Table with 4 columns: イベント名, 開催時間, 対象, 申込方法. Includes events like 空手フェスティバル, 弓道大会, etc.

有明スポーツセンター 有明2-3-5 ☎3528-0191

Table with 4 columns: イベント名, 開催時間, 対象, 申込方法. Includes events like 卓球無料公開, ダンスストレッチ, etc.

屋外スポーツ施設 江東スポーツ施設運営パートナーズ. 豊住庭球場 東陽6-1-13 ☎3647-4077

夢の島競技場 夢の島1-1-2 ☎3522-0846. 夢の島野球場 夢の島1-1-1 ☎3521-8265

新砂運動場 新砂3-9-1 ☎3648-6610. 体育の日フットサル大会(リーグ戦) 9:00~16:00

株式会社 城西企業. 東京都練馬区関町南1丁目12番4号2階

電気工事・設計・施工 株式会社 荘司電気. 代表取締役 荘司正利

建物総合管理 電気及び空調工事請負 株式会社 ネット

建物総合管理 清掃から施設警備まで! 株式会社 日豊サービス

深川スポーツセンター他 特別介護老人ホーム等 都内施設で幅広い教室指導 ACTAS

良い補聴器選びは、良いお店選びから。 城東補聴器センター

印刷のことならお任せください 川村印刷 株式会社

温室工事 造園工事 貸鉢リース グ린テック(株)

スタッフ募集中心!! トレーニングルーム・スタジオ プール・健康づくり教室etc

ビルメンテナンスのクオリティ・アップは 私たちにおまかせください

株式会社 ダイケングループ

第6回小学生スーパードッジボール KOTOチャンピオンズリーグ

今年もいよいよ予選会が開幕です!!



区内の全小学校を対象にしたスーパードッジボール大会が今年も行われます。各センターで行う予選会を勝ち抜いた1位・2位が平成25年2月17日(日)にスポーツ会館で開催される「KOTOチャンピオンズリーグ」へ出場し、各学年の江東区チャ

ンピオンを決める戦いが行われます。昨年3・4・6年の3学年を制した南砂小学校が連覇なるか、はたまた、亀戸の復権なるか?それとも、彗星のごとく新たなチャンピオンが現れるのか??小学生の熱い戦いをぜひ応援してください。

亀オリンピック2012 平成24年10月28日(日)

参加対象小学校：
第一亀戸、第二亀戸、香取、浅間堅川、水神

亀戸8-22-1 ☎5609-9571

スポーツ会館大会 平成24年11月11日(日)

参加対象小学校：
第一大島、第二大島、第四大島、砂町、第四砂町、小名木川、北砂、南砂、亀高北砂1-2-9 ☎3649-1701

有明スポーツセンター大会 平成24年11月18日(日)

参加対象小学校：
豊洲、豊洲北、東雲、有明、枝川、辰巳、第二辰巳

有明2-3-5 ☎3528-0191

深川スポーツセンター大会 平成24年12月2日(日)

参加対象小学校：
明治、臨海、越中島、数矢、平久、東陽、南陽

越中島1-2-18 ☎3820-5881

深川北スポーツセンター大会 平成24年12月9日(日)

参加対象小学校：
深川、八名川、川南、扇橋、元加賀、毛利、東川

平野3-2-20 ☎3820-8730

東砂スポーツセンター大会 平成24年12月16日(日)

参加対象小学校：
第三大島、第五大島、大島南央、第二砂町、第三砂町、第五砂町、第六砂町、第七砂町、東砂東砂4-24-1 ☎5606-3171



ARIAKEハロウィンマーチ

潮風のベイサイドを仮装でウォーキング!

今年もARIAKEハロウィンマーチの季節となりました。ハロウィンとは、万聖節の前夜祭、秋の収穫を祝い悪霊を追い出す西洋のお祭りです。カボチャをくり抜き、目鼻口をつけた提灯を飾り、夜には思い思いに仮装した子どもたちが近所を回り、お菓子を貰ったりします。ハロウィンマーチは、このハロウィンにちなみ、臨海部をウォーキングするものです。さまざまな仮装をし、途中の寄り道ポイントで「Trick or treat (いたずらかお菓子か)」を合言葉に、ベイサイドを巡ります。ご家族、ご友人同士でご参加ください。



参加者募集!

開催日時 平成24年10月28日(日) 午前10時スタート(予定) ※小雨実施、雨天の場合は中止。
場 所 有明スポーツセンター
参加資格 3才以上で仮装して5kmを歩くことができる200人(抽選)
※小学生以下の参加は、保護者の同伴が必要です。ベビーカーでの参加はできません。
参加費 300円(保険代)

予定経路 有明スポーツセンターを発着点にパナソニックセンター・夢の大橋・バレットタウンなどを巡る約5kmのコース。

申込み等詳細は、9月21日号江東区報に掲載予定です。
有明2-3-5 有明スポーツセンター (3528)0191

フィットこうとう 広告募集中!

◆本紙は(公財)江東区健康スポーツ公社の情報紙です。
区内各スポーツ施設の情報をお届けしています。
◆年4回(7・9・11・2月号)発行しており、
モノクロ面及びカラー面の広告掲載を募集しています。
掲載料など詳細につきましては、江東区健康センターまで
お問合せください。☎(3647)5402

お詫び

前回発行したフィットこうとうNo77号に誤りがありました。
1面 区内プール施設のご案内 利用料金
シニア(区内在住60歳以上→65歳以上)
2面 区民大会 テニス 一般女子の部 優勝者
誤)松井 キヨミ → 正)松井 キミヨ
訂正してお詫びいたします。

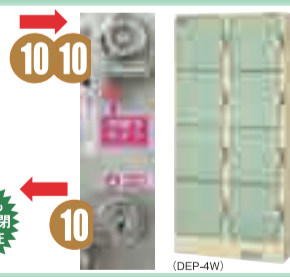
これは便利!!

~コインロッカー デポ シリーズ~

(株)アルファロッカーシステム

営業部 首都圏営業課
〒236-0004神奈川県横浜市金沢区福浦1-6-8
TEL:045-787-8421 FAX:045-787-7406
URL: http://www.alpha-locker.com

何度でも
ドアの開閉
自由自在



“快適環境”を追い求めて...

株式会社 第一管理代行
〒101-0061 東京都千代田区三崎町 2-15-5 TEL. 03-3261-7731 FAX. 03-3261-7732
http://www.dikd.co.jp

世界700店舗
NO.1フィットネスクラブ

初心者
無料指導
あり!!

圧倒的なマシン群!!
目的、体力にあわせて
結果がでるサポート
をいたします!!

ヨガ・エアロビクス
ダンス・ピラティス
ボクシングetc...!!
楽しく汗を流そう!!

ダンス・格闘技スクールも併設!!

フィットネスクラブ
GOLD'S GYM

☎03-3645-9434
メトロ東西線 南砂駅西口より徒歩3分
ゴールドジム 検索

施設体験 通常 ¥2,630
→ ¥500
南砂町店(イースト)のみ、1回限り有効、要身分証。
2012年10月31日まで有効