

総合体育館だより

1月号

新しい一年がスタートしました。

年末年始は何かと慌ただしく、つい体を動かす

時間が減りがちです。お正月明けのゆったりとした

ペースに合わせて、まずは軽いストレッチや歩く

習慣から始めてみませんか。

今年も町民のみなさまの健康づくりのお手伝いが

できれば嬉しいです。お近くに来られた際は、

気分転換もかねて、ぜひ気軽にお立ち寄りください。

皆様のご来館を心よりお待ちしております。

アリーナ利用状況 (空欄は全面利用可能)

日	月	火	水	木	金	土
午前				1	2	3
午後				休	休	休
夜間						
4	5	6	7	8	9	10
休	休	全面専用利用	全面専用利用	全面専用利用	全面専用利用	
11	12	13	14	15	16	17
		全面専用利用	全面専用利用	全面専用利用	全面専用利用	
18	19	20	21	22	23	24
全面専用利用	休	全面専用利用	全面専用利用	全面専用利用	全面専用利用	
25	26	27	28	29	30	31
専用利用のため 終日アリーナ 利用不可	休	全面専用利用	全面専用利用	全面専用利用	全面専用利用	

12日は祝日のため21時半まで臨時開館

教室

情報

キンダーキッズ

日程： 1月24日(土)
時間： ①10:00～10:50
②11:00～11:50
対象： ①3～4歳と保護者
②5～6歳と保護者
場所： 総合体育館
(武道場)
持ち物： 飲み物、タオル

小学生 冬休みイベント 【ニュースポーツ】

日程： 1月7日(水)
時間： 10:30～12:00
対象： 小学生
場所： 黒松内町総合体育館
持ち物： 上靴、飲み物、タオル

小学生冬休みイベント 【雪中サッカー】

日程： 1月8日(木)
時間： 14:00～15:30
対象： 小学生
場所： 黒松内小学校グラウンド
(悪天候時は総合体育館)
持ち物： 長靴、防寒着、帽子
タオル、飲み物、
(悪天候時は上靴)

中高生イベント 【モルック】

日程： 1月13日(火)
時間： 14:00～15:30
対象： 中学生・高校生
場所： 黒松内町総合体育館
持ち物： 上靴

ウォーキング教室 【ノルディックウォーキング】

日程： 1月14日・21日・28日(水)
時間： 10:30～11:30
対象： 町内在住の18歳以上の方
場所： 総合体育館
ランニングコース
持ち物： 上靴、飲み物

卓球教室

日程： 1月18日(日)
2月15日(日)
時間： 10:30～11:30
対象： 18歳以上の町民の方
場所： 黒松内町総合体育館
持ち物： 上靴、(ラケット貸出あり)

みなさまのご参加
お待ちしております！
2026年も
どうぞよろしくお願い致します。



ホームページ・SNS情報

○ ホームページ ○
・ 利用予定の確認
・ 運動教室一覧
・ 利用申請書のDL 等



○ Facebook ○
・ 事業の紹介
・ 町内スポーツ
・ イベントの情報 等



教室お申込み・お問い合わせ

黒松内町総合体育館 ☎ 0136-72-3749
〒048-0101 黒松内町字黒松内392-2