

令和5年度

回覧

# スポーツ講座

参加者募集  
(全4回)

## 第1回 1/18(木)

「ちょこっとらぐビー！」  
～笑顔で繋がる心の楕円球～



講師 静岡ブルーレヴズ株式会社  
藤井 達也 氏

## 第3回 2/1(木)

「世界ハーフマラソン元日本代表が伝えたい  
ランニングを楽しく続けるコツ！」

- ・継続するための考え方について
- ・体と頭を使うリズムトレーニング体験



講師 静岡産業大学陸上部コーチ  
ランシェルジュ代表  
中尾 勇生 氏

## 第2回 1/25(木)

「ジュニアスポーツ選手のケガ予防に  
ついて」



講師 ジュビロ磐田アカデミー  
アスレティックトレーナー  
佐々木 達也 氏

## 第4回 2/8(木)

「静岡中西部スポーツ・膝肩関節治療センター  
におけるスポーツ疾患について」



第一部

講師 菊川市立総合病院  
副院長 阿部 雅志 氏

第二部

講師 菊川市立総合病院  
リハビリテーション科 理学療法士

会場：菊川市中央公民館 多目的ホール（菊川市下平川6225）

時間：19時30分～21時

定員：30名

参加対象者：菊川市内に在住・在勤・在学の18歳以上の方  
(令和6年3月31日現在)

参加料：1人1,000円(第1回の受付時に集金します)

持ち物：筆記用具、飲み物

服装：動きやすい服装

募集期間：11月17日(金)～令和5年12月27日(水)17時まで  
申込及び問合せ先

社会教育課(中央公民館内)へ電話・FAXまたは来館

平日8時15分～17時00分まで

電話 0537-73-1118 FAX 0537-73-6863