

令和8年度

# 須賀川 スポーツカレッジ

第39期生  
募集!



スポーツ活動を通じて、余暇活動の充実と健康の保持増進を図り、参加者間の交流を深めます。また、生きがいのある生活習慣の創造とシニアスポーツリーダーの育成を図ります。



ポッチャ



マルチタックウォーキング



ラバーバレーボール



弓道



ラージボール卓球



カローリング

期間

令和8年 6月12日(金)~10月30日(金)

募集人員

30名 ※上限35名まで。

対象者

市内に在住・在勤の60歳以上から80歳以下の方で、初めて受講される人

学習内容

ニュースポーツや健康管理講座等  
※詳しくは裏面に記載しています。

参加費用

全17回講座で **3,000円**  
(スポーツ安全保険料、資料代等)  
※移動研修は、別途、実費負担となります。  
※つり銭のないようにご用意ください。

申込期間

令和8年5月12日(火)~6月4日(木)

申込方法

すかがわ「だんぼっち」「ダンボ・ウル」アリーナ(円谷幸吉メモリアルアリーナ)窓口まで、現金を添えてお申込みください。なお、定員になり次第、締め切らせて頂きますので、その旨をご了承ください。申込用紙は、市内体育施設等に設置してあります。

※当事業で撮影された写真は当協会のHP等で掲載されることもありますので、あらかじめご了承ください。



グラウンドゴルフ



健康づくり体操



観戦中



パークゴルフ

## 昨年参加者の声

- はじめての体験で、どのスポーツも楽しく、良い汗を流せました。もう少し早く知っていたら良かった。
- やった事のないスポーツばかりで楽しみながら、時間が足りない位、盛り上がった。
- 様々な目新しいスポーツを取り入れてくださり、毎日楽しい雰囲気で行ける事ができました。

## 修了証書

全講座終了後、8回以上の受講者には**修了証書**を授与します。  
なお、全ての講座(全17回)に出席された人には**皆勤賞**が授与されます。

問合せ先

(公財) 須賀川市スポーツ振興協会 TEL 0248-76-8111

主催 / (公財) 須賀川市スポーツ振興協会 共催 / 須賀川市

# 《開設期間及び講座内容》

回	月 日	曜	時 間	活 動 内 容	会 場 ・ 講 師 等
1	6月12日	金	9:00~11:30	開講式・オリエンテーション ストレッチ・軽筋トレ講座	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ (会議室・サブアリーナ) 講師：大河原里美先生
2	6月19日	金	//	トレーニングマシン入門教室	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ (トレーニングルーム) 担当：協会職員(吉田)
3	6月26日	金	//	健康づくり体操 (レクリエーション運動 他)	市民スポーツ会館(現地集合・解散) 講師：小野すま子先生
4	7月3日	金	//	ノルディックウォーキング (基本技術の習得、体験)	ムシテックワールド(現地集合・解散) 講師：かがみいしスポーツクラブ
5	7月10日	金	//	ラージボール卓球 (ルール・基本技術の習得、ゲーム体験)	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ (メインアリーナ) 講師：須賀川市卓球協会
6	7月17日	金	//	カローリング (ルール・基本技術の習得、ゲーム体験)	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ (メインアリーナ) 講師：須賀川市カローリング協会
7	7月24日	金	//	マレットゴルフ (ルール・基本技術の習得、ゲーム体験)	いわせ悠久の里マレットゴルフ場 講師：須賀川市マレットゴルフ協会
8	7月31日	金	//	ボッチャ (ルール・基本技術の習得、ゲーム体験)	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ (メインアリーナ) 講師：須賀川市スポーツ推進委員
9	9月4日	金	//	弓道 (ルール・基本技術の習得、体験)	須賀川市武道館(現地集合・解散) 講師：須賀川弓道会
10	9月11日	金	//	ファミリーバドミントン (ルール・基本技術の習得、ゲーム体験)	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ (サブアリーナ) 講師：須賀川市ファミリーバドミントン協会
11	9月18日	金	//	グラウンドゴルフ (ルール・基本技術の習得、ゲーム体験)	市民スポーツ会館・広場(現地集合・解散) 講師：須賀川グラウンドゴルフ協会
12	9月25日	金	//	ラバーバレーボール (ルール・基本技術の習得、ゲーム体験)	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ (メインアリーナ) 講師：須賀川市スポーツ推進委員
13	10月2日	金	//	先輩団体との交流会	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ (メインアリーナ) 講師：須賀川市スポーツ推進委員
14	日程調整中			移動研修 (施設見学やプロスポーツ観戦等を予定)	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ (集合・解散) 担当：協会職員
15	10月16日	金	9:00~11:30	スポーツイベントのサポート活動 (円谷幸吉メモリアルマラソン大会の準備)	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ 担当：協会職員
16	10月23日	金	//	パークゴルフ (ルール・基本技術の習得、ゲーム体験)	藤沼湖パークゴルフ場(現地集合・解散) 講師：須賀川市パークゴルフ協会
17	10月30日	金	//	閉講式及び講話	すかがわ「だんぼっち」[ダンボ・ウル]アリーナ (会議室) 講師：小野すま子先生

※指導者との調整により、日程・種目に変更が出る場合があります。

-----きり-----と-----り-----線-----

## 令和8年度 須賀川スポーツカレッジ入講申込書

No.

受付日/令和8年 月 日

ふりがな					〒	-	須賀川市		
氏名									
性別	男・女	生年月日 (年齢)	昭和	年	月	日(満	歳)	電話	-

現在の運動状況をお書きください。(例) 週に1回、5キロのウォーキングを行っている。週に3回、スポーツサークルで活動している。など。

※個人情報保護を適切に行い、第三者に情報を提供することはありません。