

スポーツリンク白川はスポーツ・文化活動を通じて、人と地域を結び、人生に生きがいを持てるよう支援していきます

インストラクターと歩こう ～米田富士～

1月は川辺スポーツクラブとコラボして、米田富士を目指しました。川辺中央公民館 → 山川橋 → 米田富士 → ダム → 飛騨川沿い → 中央公民館の5キロコースを歩きました。川辺町の方に地元の話の聞いたり、今まで歩いてよかった場所やコースなどの情報交換もあり、賑やかに歩きました。



ウォーキングキャンペーン達成者紹介

12～1月の62日間のうち1日5,000歩以上、35日以上歩いた方です。今回は50名が達成されました。

多賀ちづ子 交告ひとみ 瀬瀬康雄 今井直美 今井美知子 藤井芳昭 山口省五 山口すみ江 山口美鈴 藤井みほ子
鷺見彰文 安江美知子 田口浩 田口久美子 有田澤子 鈴村千賀子 鈴村智治 安江正和 鈴村明夫 安江啓子 安江俊
安江美津江 田口多賀子 井戸とし子 藤井良弘 藤井誠子 藤井ふみ子 安江光裕子 今井ひろゑ 田口まり子 安江恵津子
安江正宏 藤井静子 鈴村すみ子 鷺見節子 伊東久子 伊東洋路 渡邊敏子 安江美智子 熊崎順子 藤井陽子 鈴村綾子
今井和枝 古田道代 藤井増枝 今井清美 中嶋喜代子 渡辺則子 杉山等 今井侑子

※名前は順不同、敬称略。

この2年間、8回のキャンペーンを開催しました。のべ525人の方が達成されました。

多くの方が、「歩くことが習慣づいた」「季節の移り変わりを楽しんだ」という声や、「ウォーキングをしながらゴミ拾いをしました」という環境ボランティアを兼ねた方もいらっしゃいました。歩かないと、歩けなくなります。白川町の誇れる「自然」を感じながら、これからも自分のペースでウォーキングに取り組んでいただきたいと思います。キャンペーンは今回で終了とします。ありがとうございました。

インストラクターと歩こう

白川町ぶらっとウォーキング

今回のイベントは「ウォーキング×写真」です！

あらかじめ決められた場所で写真を撮ることがミッションです。当日出されるミッションを見事クリアした方は、達成賞を贈呈。スマホやデジカメを用意して参加してください。

3月23日(土)

集合場所:旧白川小学校グラウンド 9時

清流白川を眺めながら、桜街道を歩きます。アップダウンのない、平坦なコースなので初心者も安心、往復5キロコース。

参加料:無料

3月30日(土)

集合場所:宇津尾茶工場 9時

桜とチューリップの花街道コース！茶畑も眺められるのどかな散歩道ウォークです。宇津尾地区をあちこち。。4キロを予定。

参加料:無料

申し込み不要。雨天の場合は中止です。



コーディネーショントレーニング ～白川中学校男女バスケットボール部～

コーディネーショントレーニングとは、自分のカラダをコントロールするトレーニングで、バランス、リズム、反応などの能力アップを行うことで、技術の習得を早くする効果があります。今回は岐阜SWOOPSの選手でもある、杉本氏を講師にバスケ部員を対象とし、日常の練習にも使えるメニューのアドバイスなどいただきました。



女子バスケットクラブのメンバーを募集しています！チームの目標は「最後まで諦めない心を持つ！」こと。私たちと一緒にバスケットを楽しもう！6年生の見学も大歓迎です。

バレーボール体験会

白川中女子バレーボールクラブが小学5・6年生女子を対象としたバレーボール体験会を実施しました。中学生と基本練習やゲームをすることを楽しみました。体験会は3月10日(日)にも予定されています。



指導者派遣～小学校体育にてリズムトレーニング～

リズムトレーニングは動きにメリハリをつけ、運動パフォーマンスの向上やケガ予防にもつながります。2月に白川小学校で実施。音楽に合わせて前跳び、後ろ跳び、高学年はターンをしたり、ジャンプに手の動きを合わせてトレーニングしました。



会員のみなさまへ

現在、会員のみなさまにはアンケートのお願いをしております。持続可能な経営基盤を構築するとともに、皆さんの思いや意識を「見える化」することを目的にして、調査分析するためのものです。アンケートの提出期限は3月15日です。回答済みの用紙は、リンク事務局、または各地区ふれあいセンターにて提出してください。



スポーツリンク白川会員募集!!

スポーツリンク白川の主役は「町民のみなさん」です。スポーツをきっかけに、地域のみなさんが各地区でつながりを深め、自分らしい生き方ができるよう、サポートしています。子どもからシニアの方まで、**1人1スポーツ**を目指し、健康な地域社会をつくるための環境を提供します。

入会をご希望の方は、「入会申込書」と年会費を合わせて事務局まで提出ください。後日、会員証を発行します。スポーツ安全保険については任意での加入となります。ご希望の方は受付の時に申し出てください。



	保・小・中	高校生・一般	65歳以上
年会費	1000円		
保険料	800円	1850円	1200円

- ・白川町内の保・小・中学生の保険料の負担はありません。(町より助成を受けています)
- ・一旦納付いただいた年会費、スポーツ安全保険料は返還いたしません。
- ・年度途中に入会されても、年会費、スポーツ安全保険料は変わりません。会員期間は、入会日から 令和7年3月31日までです。
- ・規程の掛け金でスポーツリンク白川の活動に対して適用されます。
- ・スポーツリンク白川活動中にケガをした場合など、速やかに事務局へ連絡してください。
- ・活動中に撮影した写真は、スポーツリンク白川の広報活動に利用させていただくことがありますのでご了承ください。