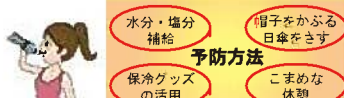


麻生スポーツセンター  
2019年7月1日より“敷地内禁煙”へ

望まない受動喫煙の防止を図るため、多数の人間が利用する施設において区分に応じ喫煙の禁止を規定した『健康増進法の一部を改正する法律』が2019年7月1日に一部施行されます。

同法の立法趣旨にも鑑み、麻生スポーツセンターは7月1日より敷地内禁煙となります。同日より敷地内にありました喫煙スペースは廃止し灰皿も撤去させていただきますのでご承知おきください。

熱中症に気を付けよう！  
症状と応急処置



| 分類   | 重症度 | 症状                          | 処置                                                     |
|------|-----|-----------------------------|--------------------------------------------------------|
| I度   | 軽度  | めまい・失神<br>こむら返り<br>手足のしびれ…等 | 涼しい場所に移動<br>衣服をゆるめる<br>足を高くして寝かせる<br>体を冷やす<br>水分・塩分の補給 |
| II度  | 中等度 | 頭痛・吐き気<br>おう吐・倦怠感<br>虚脱感…等  | I度の処置に加えて自分で水分・塩分が摂れないようならすぐに病院へ                       |
| III度 | 重度  | 意識障害<br>けいれん…等              | I度の処置を継続しながらすぐに病院に搬送                                   |

「あさおスポーツねっと」をご存知ですか？

■「あさおスポーツねっと」とは■

「スポーツのまち麻生」推進の一環として、麻生区内で活動するスポーツ団体の皆さんのための情報発信サイトです。活動の活性化や他団体との交流ができる場としてご活用下さい。

登録スポーツ団体募集中

メンバーを集めたい！  
スポーツを教えたい！  
イベントの告知をしたい！  
スポーツ情報が知りたい！  
指導者を探している…

あさおスポーツねっと

検索

URL <http://asao-sports.net>



●お問い合わせ・詳細●  
044-951-1234 (麻生スポーツセンター)

麻生スポーツセンター

Asao Sports Center News

2019年度 秋期 定期教室のご案内！ 2019年8月～ 2019年12月開催！！

募集開始時期は  
お問い合わせ下さい。

親子・子ども向け

大人向け

| 教室名          | 対象者                                                | 教室名          | 対象者               |
|--------------|----------------------------------------------------|--------------|-------------------|
| 親子音楽うんどうひろば  | 1歳児(H29.4.2～H30.4.1生まれ)<br>2歳児(H28.4.2～H29.4.1生まれ) | カーディオエクササイズ  | 18歳以上男女           |
| リズムとソルフェージュ  | 小学1・2年                                             | 太極拳入門        | 18歳以上男女 ※初心者向け    |
| チアリーディング     | 4・5歳児/小学1～6年                                       | ヘルシーボディメソッド  | 18歳以上女性限定         |
| 親子げんき体操      | 生後10ヶ月～24ヶ月未満のお子様と保護者                              | ストレッチ&かんたん体操 | 18歳以上男女 ※初心者向け    |
| ボールで遊ぼう      | 4・5歳児/小学1～3年                                       | デトックスyoga    | 18歳以上女性限定         |
| わんぱく体操       | 3歳児(H27.4.2～H28.4.1生まれ)                            | 声楽&ストレッチ     | (18歳以上男女) 初心者/経験者 |
| ジュニアバレーボール   | 初心者(小学1～6年)/経験者(小学3～6年)                            | 大人のバレエエクササイズ | 18歳以上女性限定         |
| 新体操(女児限定)    | 4・5歳児/小学生初心者/経験者                                   | はつらつ元気体操     | 70歳以上男女 ※初心者向け    |
| ジュニアファンクショナル | 小学1～3年 ※初心者向け                                      | らくらくエアロ      | 65歳以上男女           |
|              |                                                    | 体幹バランス運動     | 18歳以上男女           |

応募締切(必着)

8/10(土)

- ★往復ハガキまたは専用応募用紙(¥60/郵送料他)による事前申込みが必要です。
- ★詳細はホームページ・館内配布チラシ等でご確認ください。
- ★定員に満たない場合、開催中止となることがございます。
- ★定員を超えた場合、抽選となります(市内在住/在学/在勤優先)。

川崎市麻生スポーツセンター 検索

■お問い合わせ先■ 〒215-0021 川崎市麻生区上麻生3丁目6番地1号 ☎044-951-1234 ●FAX 044-952-2447

あさおスポーツだより vol.25 Jun.2019 ■〒215-0021 川崎市麻生区上麻生3-6-1  
■発行 麻生区役所地域振興課 ■TEL 044-951-1234 ■FAX 044-952-2447  
■作成・編集 川崎市麻生スポーツセンター ■ホームページ URL <http://www.asao-sc.jp/>

麻生スポーツセンター



スポーツのまち麻生

あさお

Enjoy Sports  
スポーツだより  
vol.

25

Jun.2019

ASAO SPORTS NEWS

令和元年5月19日(日)・26日(日)に麻生区壮年ソフトボール大会が開催されました。  
今年で30回を数える大会は9チームが参加し2日間にわたり熱い試合が繰り広げられました。

そして令和初の栄冠に輝いたのは  
金程町会！！

優勝  
金程町会

準優勝  
金程富士見会



次のようなスポーツ教室・文化教室を開催し、地域の皆さんの健康づくり、対話づくりを応援しています。多くの方のご参加お待ちしております。

金程小学校 体育館

|             |            |            |                     |
|-------------|------------|------------|---------------------|
| バドミントン教室    | 小学生<br>～大人 | 毎週<br>火曜日  | 15:30<br>～<br>18:30 |
| 卓球教室        | 小学生<br>～大人 | 月4回<br>土曜日 | 16:00<br>～<br>18:00 |
| ボディメイク&ケア教室 | 大人         | 毎週<br>木曜日  | 19:00<br>～<br>20:00 |
| バスケットボール教室  | 小学生        | 月4回<br>土曜日 | 18:30<br>～<br>20:30 |
| スポーツ合気道教室   | 小学生<br>～大人 | 毎週<br>金曜日  | 18:00<br>～<br>20:00 |

金程小学校 校庭

|       |            |           |                     |
|-------|------------|-----------|---------------------|
| 走り方教室 | 小学生<br>と大人 | 毎週<br>水曜日 | 14:30<br>～<br>16:00 |
|-------|------------|-----------|---------------------|

金程中学校 美術室・図書室

|      |     |             |                     |
|------|-----|-------------|---------------------|
| 書道教室 | 小学生 | 第2・4<br>土曜日 | 9:20<br>～<br>10:30  |
| 書道教室 | 大人  | 第2・4<br>土曜日 | 10:00<br>～<br>11:30 |

金程会館ホール

|              |    |           |                           |
|--------------|----|-----------|---------------------------|
| 呼吸健康体操教室     | 大人 | 毎週<br>水曜日 | 14:00<br>～<br>15:30       |
| ヨガ教室         | 大人 | 毎週<br>水曜日 | 9:30～11:00<br>11:30～13:00 |
| ビート・オブ・キック教室 | 大人 | 毎週<br>月曜日 | 15:00<br>～<br>17:00       |

わわわクラブの活動や情報は  
HPブログをご覧ください。

<https://wa-wa-wa-club.blog.so-net.ne.jp/>

お問い合わせ先：わわわ事務局

Mail: wa\_wa\_wa\_club@yahoo.co.jp

TEL: 070-4557-4094

G元気 E笑顔 T楽しい  
活動紹介

NPO法人  
柿生地区総合型  
地域スポーツクラブ

GET

|                     |                 |     |                 |
|---------------------|-----------------|-----|-----------------|
| 柿生小学校<br>小学生～<br>大人 | 自分に合った護身術教室     | 月曜日 | 18:00～<br>19:00 |
| 小学生                 | キッズダンス教室        | 火曜日 | 16:00～<br>17:00 |
| 小学生                 | スポーツスタッキング教室    | 水曜日 | 16:00～<br>17:00 |
| 小学生                 | こども囲碁教室 NEW     | 水曜日 | 16:00～<br>17:00 |
| 特別支援児               | ステップアップ教室       | 土曜日 | 13:30～<br>14:30 |
| 小学生                 | ボールを使った運動教室     | 月曜日 | 16:00～<br>17:00 |
| 小学生                 | プロレスラーに学ぶ体づくり教室 | 金曜日 | 16:00～<br>17:00 |
| 小学生                 | サッカー教室          | 水曜日 | 16:00～<br>17:00 |
| 小学生                 | 走り方教室           | 木曜日 | 16:00～<br>17:00 |
| 大人                  | 囲碁教室            | 水曜日 | 9:30～<br>10:30  |
| 大人                  | デッサン教室          | 水曜日 | 11:00～<br>12:00 |
| 小学生                 | 想像力育成教室         | 木曜日 | 16:00～<br>17:00 |

|          |                 |     |                 |
|----------|-----------------|-----|-----------------|
| スタジオソフィア |                 |     |                 |
| 大人       | 骨盤調整コンディショニング教室 | 水曜日 | 9:00～<br>9:45   |
| 大人       | ZUMBA教室         | 水曜日 | 10:00～<br>10:45 |

|            |              |             |                |
|------------|--------------|-------------|----------------|
| 白鳥公園       |              |             |                |
| 小学生～<br>大人 | クubb(KUBB)教室 | 第1・3<br>土曜日 | 9:00～<br>11:00 |

GETは現在15教室。シーズンイベントでは多種多様な教室もやっています。前期4～9月・後期10～3月で募集。スポーツスタッキングやクubbなどメジャーではないけど、やるとすごい面白いスポーツやカルチャー教室の認知度もじわじわ上がってきました。是非体験してみてください。これからも柿生地区のみんなが元気、笑顔、楽しい！をGETできるように皆さんと一緒に活動していきまーす！

TOPIC

- ★こども囲碁教室が増えました。
- ★ボールウォーキングイベントで柿生探訪をしました。
- ★室内用クubb製作して貸し出しも出来るようになりました。
- ★『寺子屋かきお』の運営をすることになりました。



お問合せ先

GET事務局



080-3754-2017

info@get-kakio.com

get-kakio 検索



川崎フロンターレ  
2019年ファン感謝デー  
いつもありがとう!!「愛は川崎を救う」

【川崎フロンターレ後援会】**会員限定!!**  
年に1度の大イベント

ファン感謝デー

開催日：7月20日（土）※雨天決行

場 所：等々力陸上競技場

時 間：12:00～16:30（予定）

今年のテーマは”愛は川崎を救う”  
選手によるステージパフォーマンスは  
もちろん、ファン感謝デーならではの  
飲食売店やアトラクションブースが  
多数出店します。  
入場できるのは会員ご本人のみなので  
まだ会員になっていない方は今すぐ  
入会しましょう！  
ファン感謝デー当日も会場で入会受付  
を行います。

【公式サイト】  
<https://www.frontale.co.jp>

【後援会マイページ】  
<http://bluefriends.biz>

【問合せ】  
川崎フロンターレ後援会 TEL 0570-000-565



FOREVER BLUE どこまでも愛していく

写真提供：川崎フロンターレ

受講者募集!!  
食生活改善推進員養成教室



食生活改善推進員（愛称：ヘルスメイト）は、  
「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに  
地域の中で食生活改善をとおして健康づくりの  
ためのボランティア活動をしています。  
川崎市全体では約700名、麻生区では約80名の  
食生活改善推進員が活動しています。

- 【開催日】 令和元年7月11日、18日、25日、8月1日（毎回木曜日）  
【対象者】 麻生区民で4日間参加できる方（※原則）  
【場 所】 麻生区役所・市民館料理室  
【内 容】 医師・管理栄養士・健康運動指導士・保健師等による  
講義、調理実習を行います  
【参加費】 調理実習でかかった費用（500円程度）  
【定 員】 先着順・20名

※食生活改善推進員として活動するには、養成教室修了後、  
協議会への入会が必要となります。  
会費：年間1,500円

活動に興味がある方、  
受講してみたい方…  
お電話ください!!

麻生区役所地域まもり支援センター  
（福祉事務所・保健所支所）  
地域支援課 栄養士 電話 044-965-5160

| 実施日                                        | 会場              | 内容                                                                      |
|--------------------------------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 1日目<br>7月11日（木）<br>9時30分～12時<br>（受付9時15分～） | 麻生区役所<br>第4会議室  | ・開校式<br>・講義 健康づくり総論<br>健康づくりのための食生活①<br>・自己紹介とグループワーク                   |
| 2日目<br>7月18日（木）<br>9時30分～12時<br>（受付9時15分～） | 麻生市民館<br>料理室    | ・講義<br>健康づくりのための食生活②<br>・調理実習                                           |
| 3日目<br>7月25日（木）<br>9時30分～12時<br>（受付9時15分～） | 麻生区役所<br>保健所ホール | ・講義<br>健康づくりのための食生活③<br>健康づくりのための運動<br>※軽い運動を行います。                      |
| 4日目<br>8月1日（木）<br>9時30分～12時<br>（受付9時15分～）  | 麻生区役所<br>第4会議室  | ・講義<br>健康づくりのための食生活④<br>健康づくりと地域活動<br>・食生活改善推進員活動紹介<br>・グループワーク<br>・修了式 |

ニュースポーツまつり

ポッチャ・ファミリーバドミントンを実施します。  
老若男女で楽しめるスポーツが無料で体験できます。  
あまり馴染みのないスポーツですが  
スポーツ推進委員がルールから  
やさしく指導します。お友達や  
ご家族で楽しく体を動かしましょう。  
お気軽にご参加ください。  
同日、体験教室やインボディも実施予定。



開催日：7月15日（月・祝）  
時間：10:00～12:00（11:30最終入場）  
13:30～15:30（15:00最終入場）  
対象：小学生以上  
場所：麻生スポーツセンター  
内容：ポッチャ・ファミリーバドミントン等  
持ち物：動きやすい服装、上履き  
飲み物、汗拭きタオル

参加無料



問合せ  
麻生スポーツセンター  
TEL 044-951-1234  
FAX 044-952-2447