

NEW
福ろうクラブ

日常生活に必要な筋力や体の動きを身に付けることを目的とした教室で、市で推進する福老体操を中心に、レクリエーションやお口の体操、脳トレなどを行います。認知症予防にも効果があります。



福老体操とは

高齢者の暮らしを上げる10の筋力トレーニングで、歩く、座る、登る、物を取る、捨てるなど生活動作で必要な筋肉と動きを身に付け、維持することを目的としています。定期的に地域でも開催しているので、住民同士のつながりの場にもなっています。

とき 5月1日～来年3月19日
の毎週金曜日午前10時～11時30分(全37回)
ところ 中央公民館4階ホール
講師 うすねニュースポーツクラブ指導員

対象 おおむね60歳以上の市民
(医師から運動制限のない人)
定員 30人(先着順・新規優先)
参加費 無料
申込期間 4月6日(月)～4月17日(金)

◆ 申し込み・問い合わせ 健康課保健係 ☎内線3164へ ◆

令和2年度 前期スポーツ教室

教室名	実施期間	時間	ところ	講師	定員	保険料	申込期限
卓球教室(夜)	5月18日～6月29日 (月曜日全6回)	午後7時～8時30分	ZACROSアリーナぬまた	風間忠さん 大谷孝一さん	20人	★1,850円 (65才以上1,200円) (中学生以下800円)	5月12日(火)
民謡教室～全国の盆踊りを覚えよう～	5月1日～6月26日 (金曜日全8回)	午後1時～3時	ZACROSアリーナぬまた	深津太一さん 古見豊子さん	30人	★1,850円 (65才以上1,200円)	4月27日(月)
柔道(小学生以上)	5月2日～9月26日 (土曜日全20回)	午後7時～9時	沼小講堂記念体育館	中島務さん 長瀬克己さん	50人	★1,850円 (65才以上1,200円) (中学生以下800円)	4月27日(月)
太極拳教室	5月9日～6月27日 (土曜日全7回)	午後1時30分～3時	ZACROSアリーナぬまた	林芳枝さん 羽鳥知香さん	25人	★1,850円 (65才以上1,200円) (中学生以下800円)	4月27日(月)
バレーボール教室(小学生)	5月9日～9月26日 (土曜日全20回)	偶数月：午前10時～11時30分 奇数月：午後1時30分～3時	薄根小学校体育館	中島秀明さん 木村敬史さん	50人	800円	4月27日(月)
卓球教室(昼)	5月12日～6月30日 (火曜日全8回)	午前10時～11時30分	ZACROSアリーナぬまた	磯部正雄さん 原澤利雄さん	25人	★1,850円 (65才以上1,200円)	5月7日(木)
バドミントン教室	5月12日～6月30日 (火曜日全8回)	午後7時～8時30分	ZACROSアリーナぬまた	後藤勇輝さん 生方のり子さん	40人	★1,850円 (65才以上1,200円) (中学生以下800円)	5月7日(木)
フェンシング(小学1年生～中学生)	5月13日～9月30日 (水曜日全20回) ※7月のみ水曜日	午後7時～8時30分	沼田東小学校校庭 ZACROSアリーナぬまた 他	森隆さん 佐伯悠さん	50人	800円	5月7日(木)
合気柔術(小学生以上)	5月13日～7月15日 (水曜日全10回)	午後7時30分～9時	沼小講堂記念体育館	堤利夫さん 小野信夫さん	50人	★1,850円 (65才以上1,200円) (中学生以下800円)	5月7日(木)
ソフトテニス	5月14日～6月25日 (木曜日全7回)	午前10時～11時30分	ZACROSアリーナぬまた	大竹政雄さん 師良一さん	40人	★1,850円 (65才以上1,200円)	5月12日(火)
弓道教室(小学5年生以上)	5月15日～6月16日 (火・金曜日全10回)	午後7時30分～9時	白沢弓道場	堀井孝之さん 藤井宏一さん	20人	★1,850円 (65才以上1,200円) (中学生以下800円)	5月12日(火)
テニス	5月20日～6月24日 (水曜日全6回)	午前10時～11時30分	ZACROSアリーナぬまた	木場義文さん 関岩雄さん	30人	★1,850円 (65才以上1,200円)	5月12日(火)
屋外テニス(前期)	5月21日～7月23日 (木曜日全10回)	午前9時～正午	クライムテニスコートぬまた(利南運動公園)	木場義文さん 関岩雄さん	30人	★1,850円 (65才以上1,200円)	5月12日(火)
フットサル	6月9日～11月10日 (第2・4火曜日全8回)	午後7時～9時	ZACROSアリーナぬまた	高橋秀幸さん 柳恵太さん	20人	1,850円 (65才以上1,200円)	6月5日(金)

※保険料は1回の加入で複数参加可。年度内(2021年3月31日まで)有効
※★印の教室の大人保険料は、希望者が4人以上集まれば低額の短期保険(800円)を選択可。ただし、申し込みの教室のみ有効



申し込み 各教室の申込期限までに、保険料を添えて市体育協会、または白沢・利根公民館へ

問い合わせ NPO法人沼田市体育協会(ZACROSアリーナぬまた内)
☎④9444へ

利南運動公園内スポーツ施設の愛称決定!

CLIMB クライムスタジアムぬまた
CLIMB CO.,LTD. クライムテニスコートぬまた



今春、新設オープンを予定している利南運動公園内(沼須町)のスポーツ施設の命名権ネーミングライツのスポンサーを募集したところ、ソフトウエア開発を手がける(株)クライム(高崎市)に決定しました。
愛称は野球場が「クライムスタジアムぬまた」、テニスコートが「クライムテニスコートぬまた」になりました。契約期間は4月1日から2025年3月31日までの5年間で、命名権料は年額50万円です。収益は施設の維持管理などに使用します。
問い合わせ スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎内線3332へ

スポーツ少年団団員募集

スポーツ少年団は地域で元気に活動しています。入団を希望する人は直接各団体へ連絡してください。新たに設立を希望している団体はスポーツ振興課にお問い合わせください。

問い合わせ スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎内線3332へ



種目	単位団体	連絡責任者	電話番号	主な練習場所	種目	単位団体	連絡責任者	電話番号	主な練習場所
軟式野球	利南東イーグルス	大木昭彦	090-8816-2570	利南東小学校校庭 沼田中学校校庭	柔道	薄根柔道	内田滋実	④4382	薄根中学校柔道場
	沼田ジュニアブレイブス	布施弘貴	090-3042-2304	沼田小学校校庭 升形小学校校庭		沼田柔道	中島 務	090-4700-1926	沼小講堂記念体育館
	沼田イーストジュニア	高山哲哉	090-4593-8831	沼田東小学校校庭		沼田中央柔道教室	星野賢次	090-3471-5336	沼田中学校柔道場
	沼田北小リトル	小林 豊	②0560	沼田北小学校校庭		沼田利南柔道	生方基之	③4221	沼田東中学校柔道場
	沼田川小フェニックス	小寺宏之	②2764	川田小学校校庭 川田運動広場	利根柔道クラブ	藤井佐代子	⑥3322	利根柔道場	
	薄根リトルライオンズ	片山 善	090-4916-0428	薄根小学校校庭	卓球	薄根卓球	原田徳樹	③2111	薄根小学校体育館
	池田少年野球	角田昭彦	③9063	池田小学校校庭		サッカー	沼田サッカークラブ	堤 祐紀	080-1234-0066
	NBA	小寺宏之	080-3564-8160	川田小学校校庭 川田運動広場	薄根サッカークラブ		助川良行	090-4743-9826	薄根小学校校庭
	白沢ベアーズ	乗原秀明	090-7731-6785	白沢農民広場	F C利根	河内 徹	⑥4338	園原球技場	
	利根少年野球	井上浩一	090-4459-3883	利根中学校校庭 平川運動広場	スキー	沼田スキー	平井克明	080-3465-4646	苗場スキー場他
沼田北ミニバス	吉田広幸	080-6550-8173	沼田北小学校校庭	空手		空手道沼田南	大平孝雄	④2502	沼田武道場
利南東ミニバス	中澤昌樹	090-9368-2990	利南東小学校校庭 沼田小学校校庭		バレーボール	沼田バレーボールトレーニングセンター	中島秀明	⑩5230	薄根小学校体育館
アンテローブ沼田	生方純也	②3854	升形小学校校庭	利根ラビット		中山健一	090-8815-7340	園原ふれあい屋内運動場 利根中学校校庭	
沼田シリウス	木村和子	090-6796-1629	川田小学校校庭	弓道	白沢ジュニア弓道クラブ	藤井宏一	③2376	白沢弓道場	
ウイング	小林 正	④0808	升形小学校校庭		ピエクトスロ	沼田剣桜会少年剣道クラブ	田原 泰	④4926	沼田剣桜会道場 (戸鹿野町)
沼田剣桜会少年剣道クラブ	田原 泰	④4926	沼田剣桜会道場 (戸鹿野町)	白沢少年少女剣道教室		角田好夫	090-2534-4607	白沢中学校武道館	