



残暑が残りますが、熱中症警戒アラート発表は減少し、台風や地震等自然災害が心配されます。  
 体調管理に気を付け過ごしましょう。  
 自分の身体は自分で守らなければなりません。

## ニュースポーツ体験会を開催します

ニュースポーツは、技術やルールが簡単で適度な運動量を備え、年齢や性別にかかわらず誰でも参加できるスポーツです。  
 楽しさを知っていただく体験会を開催します。  
 皆様のご参加と協力をお願いします。

記

日 時：9月29日（日）13：00～16：30

場 所：旧白鳥東小学校体育館

内 容：フロアーカーリング

健康吹き矢

屋内用ペタンク

フリーテニス他

募 集：40名（先着）

参加費：無料

申し込：9/15までに電話・FAX：0291-32-8871

e-mail [taiyousc@titan.ocn.ne.jp](mailto:taiyousc@titan.ocn.ne.jp) 又は



## 熱中症の対策について

大洋スポーツクラブは会員の安全安心を守るため、下記の熱中症対策を引き続き実施します。

◇熱中症警戒アラートや暑さ指数(WBGT)予測を元に、簡易測定器により対応策を判断します。

暑さ指数区分 対応策

- 31以下28(厳重警戒)……激しい運動は中止
- 31以上(危険)……屋外での活動原則禁止
- 33(熱中症警戒アラート)……屋外での活動中止



今年の目標  
 あと1.00歩



## 1サークル・教室の活動予定

ニュースポーツ  
 教室



水曜日教室

・時 間：14:00～16:00  
 実施日：9/4,11,18,25

日曜日教室

時 間：14:00～16:00  
 実施日：お休み

：場 所：白鳥東小学校体育館

グラウンドゴルフ  
 サークル・大会



火曜日サークル

・集 合：13:15 開始 13:30  
 ・実施日：9/3,10,17,24

木曜日サークル

・集 合：8:45 開始 9:00  
 ・実施日：9/5,12,19,26

理事長杯月例会

・実施日：9/15

\*場 所：くぬぎの森

自分の健康づくり  
 教室



・実施日：9/6,13,20,27

・時 間：14:00～16:00

・場 所：大洋公民館 9/6,13  
 大洋武道館 9/20,27

見学・体験者歓迎

歩こう会サークル



★★ 9月の事業 ★★

・日 時：9/1 8:50～11:30

・行き先：潮騒はまなす公園

・集 合：くぬぎの森 8:50

★ 新規参加者募集中 ★

【今月の会議関係】

以下の日程で行います。関係者は出席願います

◇クラブ役員会 9/14(土)13:30～くぬぎの森

◇歩こう会役員会 9/14(土)13:00～くぬぎの森

◇まつり実行委員会 9/15(日)13:00～くぬぎの森

くぬぎの森まつり

## 第3回実行委員会を開催します

くぬぎの森まつりに向けて組織した実行委員会もいよいよ大詰めに入りました。

標記委員会を下記により開催します。関係者の出席をお願いします。

記

日時：9月15日（日）13：00～

場所：くぬぎの森研修室

議題：現状確認と今後の対策

役割分担について他 以上

