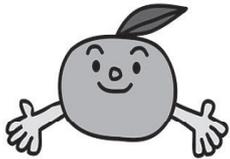
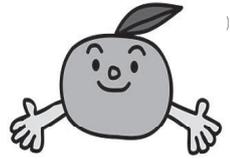


# 体協くじ

第43号 平成21年4月15日  
 発行 社団法人久慈市体育協会  
 〒028-0023 久慈市新中の橋4-13-3  
 久慈市民体育館内  
 TEL 61-3353 FAX 52-2232  
 E-mail taikyo@kuji-sports.jp  
 URL http://kuji-sports.jp/



## 久慈市体育施設紹介



(社団法人久慈市体育協会管理施設)

社団法人久慈市体育協会では、久慈市内の14の体育施設を管理運営しております。各施設の利用方法・空き状況・利用可能種目など詳しくは施設へお問い合わせください。皆様のご利用お待ちしております。



久慈市民体育館



久慈総合運動場



久慈市第二体育館



久慈市民柔剣道場



久慈市民マレットゴルフ場

施設名	住所	電話番号	開館時間	※休館日	開場期間
久慈市民体育館	新中の橋	61-3353	9時~21時 貸切利用は22時まで	火曜日	年間
久慈市第二体育館	川崎町	52-2869			
久慈市民柔剣道場			9時~21時	月曜日	
久慈市民弓道場					
久慈市民庭球場	長内町	52-2701	9時~21時 貸切利用は22時まで	月曜日	4月~11月まで
久慈総合運動場(陸上競技場/テニスコート)					
久慈市民相撲場					
久慈市民マレットゴルフ場	侍浜町	58-3005	9時~18時		

久慈市民総合プール、各地区プール(小久慈、大川目、夏井、宇部、※侍浜)は7月1日より開場予定です。(※侍浜は6月15日の予定です。)

※休館(場)日が祝日の場合は、翌日が休館(場)日になります。

グローブ修理・スパイクP革加工  
 テニス・バドミントン ガット張り好評です!!

### 馬場スポーツ

(有)馬場商店久慈店

久慈市大沢8-12-1 TEL52-2663  
 本店 久慈市山形町川井9-9-1TEL72-2011

産婦人科・小児科・内科

### 竹下産婦人科医院

院長: 竹下 敏光  
 久慈市中の橋1丁目5番地  
 Tel 0194-53-0022

【診療時間】  
 午前9:00~12:00 午後3:00~6:00

【休診日】  
 木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日

\*お産等緊急の場合は、いつでもご来院下さい\*



建設業・警備業・建築物環境衛生総合管理業  
 産業廃棄物収集運搬・劇毒物一般販売業

### 株式会社 つしま

久慈市門前5-8-3

TEL0194(52)7377・FAX(52)7388

# 久慈市民体育館

## トレーニング室を利用してみませんか??



- ◆利用対象  
高校生以上の方で、  
『初回講習』を受講された方
- ◆利用時間  
9:00～21:00
- ◆利用料  
高校生 1回 210円  
一般 1回 310円

### トレーニング室には 色々なマシンがあります!!

- ☆有酸素マシン
  - ・自転車 (6台)
  - ・ステッパー (2台)
  - ・ランニングマシン (5台)
- ☆無酸素系マシン
  - ・筋力トレーニングマシン (10台)
  - ・ダンベル (1～36kg)
  - ・フリーウエイト



### 初回講習会 (器具説明会) について

各種トレーニング機器の正しい使用方法を知っていただくと同時に、皆様が安全に気持ちよく利用していただくために行うものです。約1時間の講習で予約が必要となります。

☆料金 初回登録料(会員カード発行代)200円 + 利用料 (※詳しくは久慈市民体育館までお問い合わせください)



### 社団法人久慈市体育協会

## 体育施設各種サービスのお知らせ



### バースデーサービス 誕生月に個人利用 1回無料!!

☆実施施設☆

久慈市民体育館・久慈市第二体育館  
久慈市民柔剣道場・久慈市民庭球場  
久慈総合運動場

※久慈市第二体育館器具料、久慈総合運動場・  
久慈市民庭球場夜間照明料は適用になりません。

◇誕生日を確認できる証明書をご提示ください。



### 久慈市民体育館 個人利用 シニアサービス (60歳以上の方)

毎週木曜日 9～16時に受付した方  
個人利用料を・・・310円 → **200円**  
に引きいたします!



### 久慈市民体育館トレーニング室

- ▶ 金曜ナイトサービス 利用料金が・・・  
19時以降に受付 高校生 150円
- ▶ 土曜モーニングサービス 一般 200円  
9～12時までに受付

さらに・・・29日が金曜日の日

- ▶ 《キン肉の日》は 終日無料!  
今年度は、5月29日、1月29日!!

- ▶ 景品贈呈サービス  
100回利用につき景品を贈呈いたします!!

この街で頑張ります

この街が好きだから

本 文具 ファンシーグッズ

## 一 誠 堂

本 店・十八日町

TEL 52-3051

Eメール isseido@mx51.et.tiki.ne.jp

みちのくコカ・コーラボトリング株式会社

©2011 Coca-Cola Bottling Co., Ltd. (Coca-Cola) 株式会社 Coca-Cola is The Coca-Cola Company の登録商標です。

大小御宴会承ります

## ホテルみちのく

本町 1-7-1

☎52-0574 (代)

FAX 52-0561



# を歩こう♪ 久慈まるごとウォーキング



4月28日(火) 送迎バスなし  
桜舞せせらぎコース♪長内川河川敷(約6km)  
☆9:00 市役所出発 ~ 12:00 市役所解散

5月8日(金) 送迎バスあり  
新緑の海岸線コース♪侍浜遊歩道(約8km)  
☆9:00 市役所出発 ~ 9:10 市民体育館出発  
☆11:50 市民体育館解散 ~ 12:00 市役所解散

6月3日(水) 送迎バスあり  
平庭つつじ街道コース♪平庭高原(約5km)  
☆9:00 市役所出発 ~ 9:10 市民体育館出発  
☆11:50 市民体育館解散 ~ 12:00 市役所解散

♪参加対象 市民  
♪定員 各回40名  
※定員になり次第締め切ります。

♪参加料 無料  
♪持ち物 タオル、飲料水等  
♪その他 少雨決行  
バス送迎なしの方は、お申し出ください。



：申込先/問合せ先 =

4面下記をご覧ください。

## ◆久慈広域ソフトバレーボール連盟主催◆ ソフトバレーボール初心者練習会

### ◆開催日

5月10日(日)、5月24日(日)  
6月14日(日)、6月21日(日)  
7月12日(日)、7月26日(日)



- ◆時間 各回18~20時
- ◆会場 久慈市民体育館サブアリーナ
- ◆対象 中学生以上
- ◆定員 各回20名程度
- ◆参加料 1回200円※当日徴収します。
- ◆持ち物 室内用シューズ
- ◆申込先 久慈市民体育館 TEL61-3353  
下道・久慈まで



## はだして育てよう! スーパーキッズ!? おやこあそび道場

ひろ~いたたみの上で  
歌やダンス・ゲームで体を動かそう♪

- 5月23日(土)  
三船十段記念館道場 10:15~11:30
- 6月13日(土)  
市民の森 10:15~11:30  
※三船記念館駐車場へ集合してください。  
※雨天の場合は三船記念館道場で行います。
- 7月11日(土)  
三船十段記念館道場 10:15~11:30



- ☆参加対象  
概ね3歳~小学生低学年児童とその保護者  
※対象年齢外の幼児も可
- ☆定員 20組
- ☆参加料 無料
- ☆持ち物 タオル・飲料水など
- ☆申込先・問合せ先 4面下記をご覧ください。

中華料理の店

## ひで 英ちゃん飯店

持ち帰りのラーメン・ギョウザ 他あります

新中の橋4-24-2 TEL 52-4041  
市民体育館となり

## 快適環境へお手伝い

建築物の  
総合管理

- ◎住まいや店舗の床、ガラス等清掃
- ◎常駐警備、貯水槽等の清掃点検
- ◎空気環境測定、廃棄物収集運搬など。

— 技術と信用、実績の —

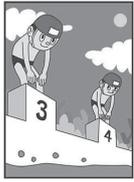
## (株)久慈中央商事

久慈市長内町9-20 ☎0194-52-2220

女性だけの30分フィットネス  
たった30分で女性に必要な全ての運動が楽しく  
できるのがカーブスのサーキットトレーニングです。  
さあ! あなたも今すぐお電話を!!

Curves  
The power to amaze yourself!

カーブス久慈長内町  
TEL 0194-52-2079



# 久慈市水泳協会主催 中級者水泳教室 参加者募集!!

- 開催期間 平成21年 4～9月  
毎週水曜日(全24回)
- 時 間 18:45～20:00
- 会 場 福祉の村温水プール
- 内 容 中級者を対象とした水泳指導
- 対 象 18歳以上の水泳中級者  
(クロールでおおよそ50Mを泳げる方)
- 受講料 4,500円
- 講 師 久慈市水泳協会 会員  
毎回の入場料、スポーツ安全保険代
- 申 込 先 下記をご覧ください。



# 久慈市弓道協会主催 弓道教室 参加者募集

- ◎開催期間 5/14(木)～6/4(木)の毎週  
木曜日(全4回)
- ◎時 間 18:30～20:30
- ◎会 場 久慈市民弓道場
- ◎対 象 中学生以上※中学生は必ず保護者  
同伴でお願いします。
- ◎定 員 6名程度
- ◎参加料 無料※但し、保険料として600円  
(4回分)初回に徴収します。
- ◎講 師 久慈市弓道協会 会員
- ◎申込・問合せ先  
久慈市民柔剣道場 TEL 52-2869

## 4・5・6月主な行事予定

行事名	日時	場所	行事名	日時	場所	行事名	日時	場所	
4 月			5 月			6 月			
第35回 久慈市バドミントン大会	19日(日) 9時～	久慈市民体育館	久慈市長杯争奪柔道大会	10日(日) 9時～	三船十段記念館	9人制バレー審判伝達講習会	7日(日) 9時～	久慈市民体育館	
高校総体卓球競技 久慈地区予選	24日(金) 9時～	久慈市民体育館	第4回久慈市民体育大会 開会式(予定)	17日(日) 9時～	久慈市民体育館	久慈地区小学校陸上記録会	17日(水) 9時～	久慈総合運動場	
高校総体バドミントン競技 久慈地区予選	24・25日(金・土) 9時～	久慈市第二体育館	あそびの日	30日(土) 9時～	久慈市民体育館	第47回久慈地区 中学校総合体育大会	剣道競技	20日(土) 9時～	久慈市第二体育館 久慈市民柔剣道場
高校総体剣道競技 久慈地区予選	25日(土) 9時～	久慈市民柔剣道場					バスケットボール競技	20・21(土・日) 9時～	久慈市民体育館
久慈広域ソフトバレー ボール連盟 交流会	26日(日) 10時～	久慈市民体育館					サッカー競技	20・21(土・日) 9時～	久慈総合運動場

申し込み・問い合わせ先

社団法人久慈市体育協会(久慈市民体育館内) TEL 61-3353  
E-Mail taikyo@kuji-sports.jp