

海洋スポーツを体験してみませんか？

砂川海洋センター艇庫では5月から9月に海洋スポーツの無料体験を行っています。詳細は下記のとおりです。

- ◆とき 5月から9月の毎週日曜日
午前の部 10:00~12:00
午後の部 13:00~16:00
(15:30最終受付)

※7月は土曜日も開催しています

- ◆ところ 砂川北光公園(海洋センター艇庫)
※悪天候の場合は、中止となることがあります。ご利用の際は、事前に海洋センターにお問い合わせください。



大会参加者募集中！

「B&G北海道ブロック スポーツ交流交歓会 水上の部」が開催されます。

旅費やユニホームなどは、海洋センターから支給します。お問い合わせお待ちしております！

- ◆とき 8月11日(日) 9:30~
- ◆ところ 大樹町B&G海洋センター艇庫
※詳細は海洋センターにお問い合わせください。



《 編集後記 》

●7月に入りいよいよ夏本番●水遊びをするジャリン子夏祭りや釣り体験事業など屋外の活動が多くなります●ここ数年は気温が高く熱中症の危険が高まっているので夏を乗り切るために「暑熱順化(しょねつじゅんか)」して体を夏仕様にする必要があります●冷房の室内快適化により寒暖に順応する機能が弱くなると夏バテしやすくなります●ウォーキングなどの軽い運動をして暑さに慣れることで暑熱順化が進み発汗量が増え熱を逃がしやすくなり熱中症になりにくくなります●夏の屋外事業に備えてしっかりと体の準備を進めていこうと思います(暑熱順化には数日から2週間必要らしい)

◎お問い合わせ◎

教育委員会 TEL: 74-8379

MAIL: shakyokr@city.sunagawa.lg.jp

公民館 TEL: 52-2339

図書館 TEL: 52-3819

総合体育館 TEL: 54-2175

海洋センター TEL: 52-4809

地域交流センターゆう TEL: 54-3111

企画・編集 砂川市教育委員会