

## 健康教室 ～遊びながら健康づくり～

### フライングディスクとけん玉で体を動かそう

令和6年10月16日(水) 13:30～  
15:00に、川原石運動推進協議会主催の  
「健康教室」を開催しました。

呉体操で、心と体をほぐした後、フライングディスクとけん玉で体を動かし、気持ちの良い汗をかいて、楽しいひと時を過ごされました。

これからも楽しく運動をして、健康づくりをしてください。



## 学習サポート案内

- 1 主催 呉三津田高等学校、川原石地区まちづくり委員会
- 2 日程 11月2日(土)、16日(土)  
12月8日(日)、15日(日)  
1月11日(土)
- 3 時間 9:00～12:00
- 4 場所 二川まちづくりセンター
- 5 問合せ 呉三津田高等学校 (0823-22-7788:教頭)



呉三津田高校の生徒さんが小学生や中学生の学習をサポートします。  
日常の勉強でわからないことがあったら遠慮なく質問に来てください。  
なお、小学1・2年生は保護者同伴でお願いします。

## お知らせ

二川まちづくりセンターは、まだスケジュールが確定していませんが外壁を中心に「大規模改修」を行う予定です。その際は、工事用の足場等を設置しますので、利用者の皆様にはご迷惑をおかけしますが、「より安全で、過ごしやすいまちづくりセンター」にするために、ご理解とご協力をお願いいたします。

なお、詳細につきましては、今後わかり次第お知らせします。

# 町民ロードレース開催・参加者募集



## 第46回中央西地区町民ロードレース大会要項

- 1 主催 呉市中央西体育協会，二川まちづくりセンター，第8，三条川原石地区自治会連合会  
呉市立両城中学校，両城小学校，港町小学校
- 2 日時 令和6年12月1日（日）8：30～開会式（雨天中止7時決定）  
雨天中止の場合は，メール，町内放送等でお知らせします。
- 3 場所 マリンパーク川原石

4 日程	(1)	9:00	中学生（女子）一般女子・壮年	2 km
	(2)	9:20	中学生（男子）一般男子	3 km
	(3)	9:45	親子（幼児）	0.3 km
	(4)	10:00	小学生（1年）	1 km
	(5)	10:15	小学生（2年）	1 km
	(6)	10:30	小学生（3年）	1.5 km
	(7)	10:45	小学生（4年）	1.5 km
	(8)	11:00	小学生（5年）	2 km
	(9)	11:20	小学生（6年）	2 km



- 5 参加資格 中央西地区内の小学校・中学校に通学する者または同地区内に居住する者で  
ロードレースに耐えられる身体の健康な人。

- 6 表彰
  - ・ 各種目とも6位まで表彰します。
  - ・ 所定のコースを完走した者に完走証を贈ります。
- 7 その他
  - ・ 参加者は，必ず医師の健康診断をお願いします。
  - ・ 未成年者は，保護者の許可を得てご参加ください。
  - ・ 参加者の傷害については，応急処置のみとし，以後の責任は負わないものとします。ただし，傷害保険には加入します。



- 8 申込締切 11月15日（金）なお大会当日も8時から受け付けます。  
両城中学校生徒，両城，港町小学校児童は学校でまとめた申込みとなります。

### 9 問い合わせ先

二川まちづくりセンター内呉市中央西体育協会 TEL 21-3961  
Fax 25-8821