













































# 令和2年度 広島県立総合体育館 主催事業イベントカレンダー～上半期(4月～9月)

開催月	対象	募集状況	イベント名	詳細	写真
4月		募集中 (年間)	あそびはカラダづくり	アリーナの広い空間の中、独自のプログラムで遊びを通じて幼少期の「健全な心と体」の育成をサポートします。また、親子で触れ合いながら体操やボール運動を組み入れた親子参加型のプログラムも実施します。 対象:幼稚園・保育園 ※園単位で受け付けています。 開催日:4月～通年 場所:大アリーナ・小アリーナ等	
		募集中 (随時)	健康ライフサポートコース	企業等の団体・グループを対象に、体組成又は骨密度測定・評価に加えて、生活習慣病予防・改善のために必要な正しい食生活についての講話や運動実技を行います。 開催日:4月～通年 場所:健康・体力サポートセンター, 体育館武道場, 会議室など	
		募集中 (年間)	シニア健康出前講座	シニア世代の方を対象に、健康・体力づくりのための運動や、健康維持のためのアドバイス、健康・体力サポートセンタースタッフが出前講座により行います。 対象:、10名以上(概ね60歳以上)の老人会、サークル等の団体又はグループ 開催日:4月～通年 場所:申込者指定または体育館武道場, 会議室など	
		募集中 (随時)	生活習慣改善コース	中高年の方を対象に、個々のライフスタイルやニーズに応じた運動指導や食事指導を行い、メタボリックシンドロームの予防・改善を目指します。 開催日:通年 場所:健康・体力サポートセンター	
		募集中	エンジョイ！健康づくり教室(第1期)	中高年のための健康や体力チェックを中心とした測定プログラムと自宅でも出来る健康体操を行います。 開催日:4月8日・15日・22日, 5月13日・20日・27日, 6月3日・10日(全8回) 場所:武道場	

4月		募集中	<p>レッツ☆ノルディックウォーキング!</p> <p>日常生活の中で気軽に楽しんで運動に親しめるように、ノルディックウォーキングの基礎的な知識や方法を紹介します。 対象:どなたでも 開催日:4月18日(土) 場所:健康・体カサポートセンター及び館外</p>	
		計画中	<p>幼児のための運動だいすき教室</p> <p>体育館独自のプログラムを通して、運動の苦手意識をなくし、運動好きな子どもの育成をサポートします。 対象:幼児(4歳~6歳) 開催日:4月29日, 5月6日・16日・23日, 6月6日(4月~6月 全5回) 場所:武道場</p>	
5月		募集中	<p>レッツ☆ノルディックウォーキング!</p> <p>日常生活の中で気軽に楽しんで運動に親しめるように、ノルディックウォーキングの基礎的な知識や方法を紹介します。 対象:どなたでも 開催日:5月9日(土) 場所:健康・体カサポートセンター及び館外</p>	
		計画中	<p>スポーツボランティア研修会</p> <p>スポーツボランティア活動に必要な基礎知識を学ぶ研修会を実施します。スポーツボランティア・リーダーのライセンス取得のためには、リーダー養成講習会の受講前にこの研修会の受講が必要です。 対象:中学生以上 開催日:5月30日(土) 場所:広島リゾート&amp;スポーツ専門学校</p>	
6月		計画中	<p>たのしくうんどう☆レッツトライ! (小学1~2年生)</p> <p>運動実践を通して基礎的な運動能力や体力の向上を図り、保護者に対しては、家庭での食生活のあり方について指導します。 対象:小学1~2年生 開催日:6月4日・11日・25日, 7月2日・9日・16日(6月~7月 全6回) 場所:武道場</p>	
		計画中	<p>キッズ・クライミングスクール(第1期)</p> <p>フィットネスプラザの中にあるクライミングウォールで、子どもたちにクライミングを安全かつ楽しく体験していただきます。 対象:小, 中学生 開催日:6月6日・13日, 7月4日・18日, 8月8日・22日 (第1期) ステップクラス(初心者クラス・全6日), ジャンプクラス(経験者クラス・全6日) 場所:フィットネスプラザ</p>	

6月		計画中	<b>スポーツボランティア・リーダー養成研修会</b> スポーツイベントの運営を支えるスポーツボランティア活動の実践知識、リーダーシップについて学ぶ研修会を開催します。 対象:スポーツボランティア研修会修了者, 高校生以上, スポーツボランティア活動の経験がある方 開催日:6月13日(土), 27日(土) 場所:広島リゾート&スポーツ専門学校	
		計画中	<b>レッツ☆ノルディックウォーキング!</b> 日常生活の中で気軽に楽しんで運動に親しめるように, ノルディックウォーキングの基礎的な知識や方法を紹介します。 対象:どなたでも 開催日:6月20日(土) 場所:健康・体カサポートセンター及び館外	
		計画中	<b>着衣泳体験会 救命措置講習会</b> 水難事故に遭った時のため, 「着衣泳」を体験していただきます。また, 心肺蘇生やAEDの使用法の講習会も行います。 対象:小学生以上 開催日:6月(日)にち調整中) 場所:フィットネスプラザ プール	
		計画中	<b>スポーツボランティア研修会</b> スポーツイベントの運営を支えるスポーツボランティア活動に必要な基礎知識を学ぶ研修会を開催します。 対象:中学生以上 開催日:6月30日(日) 場所:広島リゾート&スポーツ専門学校	
7月		計画中	<b>ロコモ予防教室</b> 中高年の方を対象(概ね40歳以上)に, 加齢や運動不足による運動器の(筋力・関節・骨)の衰えを防止し, 自立した生活を送れるように健康づくりや介護予防(ロコモ予防)を紹介します。 開催日:7月15日(水) 場所:武道場	
		計画中	<b>「スポーツの日」記念スポーツ行事</b> スポーツ大会や無料スポーツ教室などを開催し, 体を動かす楽しさを満喫していただきます。 対象:どなたでも 開催日:7月24日(金・祝) 場所:大アリーナ・武道場	
8月		計画中	<b>エンジョイ! 健康づくり教室(第2期)</b> 中高年のための健康や体カチェックを中心とした測定プログラムと自宅でも出来る健康体操を行います。 開催日:8月19日・26日, 9月2日・9日・16日・23日, 10月7日・14日(全8回) 場所:武道場	

8月		計画中	<p>ウルトラシニアカップ親善大会～ラージボール卓球大会～</p>	<p>県内で活動するスポーツクラブ等に広く呼びかけ、シニア世代を対象にした「バレーボール大会」を開催します。          対象：県内で活動する60歳以上の愛好者          開催日：8月24日（月）          場所：武道場</p>	
		計画中	<p>たのしくんどう☆レッツトライ！（小学3～4年生）</p>	<p>運動実践を通して基礎的な運動能力や体力の向上を図り、保護者に対しては、家庭での食生活のあり方について指導します。          対象：小学3～4年生          開催日：9月3日・10日・17日，10月8日・15日・29日（9月～10月 全6回）          場所：武道場</p>	
9月		計画中	<p>わんぱくスポーツトライアル</p>	<p>バスケットボール，サッカー（フットサル），ソフトテニス，バドミントン，卓球の5種目を一度に体験できるイベントです。各競技の特性やルールを学びながら自分にぴったりのスポーツを発見できます。          対象：小学4・5・6年生          開催日：9月13日（日）          場所：大アリーナ</p>	
		計画中	<p>レッツ☆ノルディックウォーキング！</p>	<p>日常生活の中で気軽に楽しんで運動に親しめるように、ノルディックウォーキングの基礎的な知識や方法を紹介します。          対象：どなたでも          開催日：9月27日（日）          場所：健康・体力サポートセンター及び館外</p>	