

春の健康とスポーツ教室

スポーツを通じて楽しく体を動かし、心も体も元気になりましょう！
県がすすめている「県民運動1130体操」や、体力づくり運動のほか
ペタンクやカローリングなどの楽しいニュースポーツが体験できます。

1130県民運動は、県が「1週間に1回以上、30分以上は運動・
スポーツをしよう」を合言葉に取り組んでいる県民運動です。



開催日	令和7年6月5日,12日,19日,26日 毎週木曜日(全4回)
開催時間	午後7時00分～午後8時30分
開催会場	日向市体育センター(市役所横)
対象者	誰でも参加できます。
定員	30名程度
参加料	無料
持参するもの	体育館シューズ、運動のできる服装、タオル、飲み物
申込期間	5月2日(金)から5月26日(月)まで【先着順】 ※定員に到達し次第受付終了します。
申込方法	下記の電話またはQRコードからお申し込みください。

注意事項

- ・市が加入している補償保険では、主催者の故意または重大な過失による事故のみが保険適用となります。
- ・主催者の責によらない怪我や紛失、他の参加者とのトラブル、往復路での事故等についての責任は負いかねますのでご了承ください。

〔申込・お問い合わせ先〕

〒883-8555

日向市本町10番5号

日向市役所 経済戦略部

スポーツ振興課 スポーツ交流・推進係

TEL：0982-66-1039

メールアドレス：spo@hyugacity.jp

〔申し込み用QR〕



※裏面に実施スケジュールを記載しております。

※「QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です」

＜ 実施スケジュール ＞

日程		場所	開催予定種目
1	6/5 木	市体育センター	体力測定 カロリーリング
2	6/12 木	市体育センター	うちわ風船バレー ポッチャ
3	6/19 木	市体育センター	オーバルボール 風船バレー
4	6/26 木	市体育センター	※ 4 回目は参加者の希望する種目を行う

※会場や日程の変更等が行われる場合があります。

日向市スポーツ推進委員協議会