

# みんなのスポーツ vol.69

秋田県総合公社自主事業広報誌

## 各施設で開催される事業・教室

### 県立体育館

#### げんき!!健康応援教室

一般

基本的な筋力トレーニングや健康体操などを行うことで、体力の向上、健康増進及び生涯スポーツの推進を図ります。  
(本教室は、秋田県スポーツ科学センターの「あきた元気アップ円熟塾」の円熟体操のプログラムをベースに、当体育館が開催します。)

開催日 10/15・29、11/5・12・19、12/3・10・17、1/21・28、2/4・18・25、3/4・11・18・25

申込 随時

時間 13:30～15:00

参加料 1回一般230円

定員 約100名(※参加状況により、定員を増やす場合があります)

指導者 県立体育館事務所スタッフ、秋田大学医学系研究科 久米 裕 先生  
エアロビックインストラクター等



●「スポーツを楽しむ日」 個人利用のため県立体育館を一般開放しています。気軽にスポーツをお楽しみください。

月	開放日
10月	2(火)・4(木)・9(火)・11(木)・16(火)・23(火)・30(火)
11月	1(木)・6(火)・8(木)・13(火)・15(木)・20(火)・27(火)・29(木)
12月	4(火)・6(木)・11(火)・13(木)・18(火)・20(木)・25(火)・27(木)
1月	10(木)・17(木)・22(火)・24(木)・29(火)・31(木)
2月	5(火)・7(木)・12(火)・19(火)・21(木)・26(火)・28(木)
3月	5(火)・12(火)・14(木)・19(火)
使用料	小・中学生 50円 高校・大学生 110円 一般 230円

(保護者の同伴がない小・中学生は、19時までのご利用とさせていただきます。)

時間帯	
【火曜日】	10時～13時、14時～17時 17時～20時
【木曜日】	17時～20時
活動種目	
・バスケットボール ・バドミントン ・ウエイトトレーニング	・ジョギング ・ミニテニス ・卓球 など

(入場の際は、内履きをご持参ください。)

### 射撃場

#### 射撃教室

小学生以上

初めての方、大歓迎、子どもから大人まで射撃体験ができます。

開催日 ①10月6日(土)・20日(土)②11月17日(土)③12月1日(土)・15日(土)  
④1月5日(土)⑤2月2日(土)⑥3月2日(土)

申込 開催日当日まで ☎0184-73-3900

時間 9:00～12:00のうち概ね1時間

参加料 射撃場利用料及び保険料

定員 同一時間帯7名まで

指導者 県立総合射撃場所長



一般財団法人秋田県総合公社 <http://www.akisouko.com/>

※掲載しています教室や大会等の内容に変更が生じる場合があります。また、教室参加の申込みが少ない場合、中止させていただくことがあります。詳しくは各受付までお問い合わせいただくか、ウェブサイトをご覧ください。



# 武道館

## 【初級】 通年剣道教室

年長児以上

剣道を通して強くたくましい心と体を養い、礼法を身につけます。竹刀・防具完備。これから剣道を始めのお子さんにもオススメです。

開催時期 毎週水曜日  
 申込期間 随時  
 時 間 17:30~18:45  
 回 数 全40回  
 参 加 料 12,000円  
 定 員 30名  
 講 師 範士八段 目黒 大作  
 (秋田県剣道連盟会長)  
 他2名



## 【上級】 通年剣道教室

16歳以上

剣道は生涯スポーツとして幅広い年齢層に親しまれています。昇段を目指す方、中断していて再開される方など様々ですが共に稽古をしています。

開催時期 毎週水曜日  
 申込期間 随時  
 時 間 19:00~20:30  
 回 数 全40回  
 参 加 料 12,000円  
 定 員 40名  
 講 師 範士八段 目黒 大作  
 (秋田県剣道連盟会長)  
 他2名



## 初心者柔道教室 (後期)

幼児(年長)~中学生

柔道の基本動作や基本技、礼儀作法を学びます。柔道の技やゲームを取り入れた運動で心技体を鍛えます。

開催時期 10月9日~10月25日  
 (火・木)  
 申込期間 9月7日(金)から  
 時 間 17:00~18:30  
 回 数 全6回  
 参 加 料 3,500円  
 定 員 20名  
 講 師 松橋 健作  
 (秋田県柔道連盟  
 講道館柔道八段)



## 太極拳教室 (後期)

16歳以上

5日間の短期教室です。柔らかい動きとゆっくりとした呼吸の全身運動で、心と体を健康に鍛えます。

開催時期 11月1日~  
 11月29日(木)  
 申込期間 10月3日(水)から  
 時 間 10:00~11:30  
 回 数 全5回  
 参 加 料 3,300円  
 定 員 20名  
 講 師 高橋 アヤ子  
 (日本武術太極拳連盟三段  
 ・A級指導員)



## 初心者少林寺拳法教室

小学生以上

少林寺拳法は守りと反撃からなる護身術です。少林寺拳法の基礎・基本を学びます。

開催時期 11月2日~  
 11月27日(火)  
 申込期間 10月3日(水)から  
 時 間 18:00~19:00  
 回 数 全6回  
 参 加 料 3,500円  
 定 員 20名  
 講 師 秋田県少林寺拳法連盟指導員



## 初心者と太鼓教室

小学生4年生以上~  
 一般

和太鼓の演奏を学び、音・リズム・動きを五感で体感し、豊かな感性や表現力、創造性を育みましょう。

開催時期 10月3日~  
 10月31日(水)  
 申込期間 9月1日(土)から  
 時 間 18:00~19:00  
 回 数 全5回  
 参 加 料 3,000円  
 定 員 20名  
 講 師 半田 圭子  
 (日本和太鼓財団3級公認指導員、  
 秋田県太鼓連盟太鼓音楽指導員)



## 親子スポーツチャンバラ教室 (後期)

幼稚園児以上の  
 子どもと保護者

チャンバラごっこをアレンジした楽しいスポーツ。子供同士の対戦や親子対戦で、遊びのルールを学び心と体を鍛えます。

開催時期 12月15日~1月11日  
 申込期間 11月14日(水)から  
 時 間 10:00~11:30  
 回 数 全6回  
 参 加 料 親子1組3,500円  
 (お子様1人追加につき+1,000円)  
 定 員 20組  
 講 師 工藤 祐八  
 (秋田県スポーツチャンバラ協会会長)



## ● 大道場一般開放

武道館大道場が個人利用できます。ウォーキングや体操の他、バドミントン・ミニテニスの用具も準備しています。

開放日	土日祝を除く平日 (貸館状況により利用できない日があります)
使用料	小・中学生 110円 高校生 140円 一般 250円
時 間	9:00 ~ 16:00

# スケート場

## キッズスケート教室

年中児、年長児

幼少期より、楽しく安全にスケート滑走ができるよう基本技術を身につける。

開催時期 前期 11月17日～1月19日(土)  
後期 1月26日～3月16日(土)

申込期間 前期 10月15日～10月31日  
後期 12月18日～1月10日

時 間 10:00～11:00

回 数 各8回

定 員 各25名

参 加 料 各7,200円

講 師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



## ジュニアスケート教室

小中学生

スケートを楽しみながら、安全に滑走するための基本技術を身につけ、体力の向上とスポーツ活動の推進を図る。

開催時期 前期 11月17日～1月19日(土)  
後期 1月26日～3月16日(土)

申込期間 前期 10月15日～10月31日  
後期 12月18日～1月10日

時 間 11:15～12:15

回 数 各8回

定 員 各30名

参 加 料 各7,200円

講 師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員

## ステップアップスケート教室

小学生以上  
※条件あり

スケートの基本技術習得後、さらなるレベル向上と生涯スポーツの推進を図る。

開催時期 前期 11月17日～1月19日(土)  
後期 1月26日～3月16日(土)

申込期間 前期 10月15日～10月31日  
後期 12月18日～1月10日

時 間 12:40～13:55

回 数 各8回

定 員 各30名

参 加 料 小中7,800円/高大10,200円/一般11,700円

講 師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員

## 放課後スケートクラブ

年中児～小学生

平日夕方の放課後時間帯に幼児、児童のスケート活動の場を提供し、冬期間の体力向上を図る。

開催時期 前期 11月20日～1月22日(火)  
後期 1月29日～3月19日(火)

申込期間 前期 10月15日～10月31日  
後期 12月18日～1月10日

時 間 16:45～17:45

回 数 各8回

定 員 各25名

参 加 料 各7,200円

講 師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



## 冬休みスケート教室

年中児～中学生

楽しく安全にスケート滑走するための基本技術を身につけ、冬季における余暇の充実と体力の向上とスポーツの普及振興を図る。

開催時期 前期 12月26日、27日、28日  
後期 1月8日、9日、10日

申込期間 前期 11月20日～12月6日  
後期 11月20日～12月17日

時 間 ①10:00～11:00 ②11:15～12:15

②13:30～14:30

回 数 各3回

定 員 各20名

参 加 料 各2,700円

講 師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



## おとなのためのスケート教室

16才以上

スケートの基礎から学び、技術向上を目指して練習する。

開 催 日 ①11月26日(月) ②12月7日(金) ③12月18日(火)  
④1月15日(火) ⑤1月24日(木) ⑥2月6日(水)  
⑦2月22日(金) ⑧3月4日(月)

申込期間 当日スケート場で受付(事前予約不要)

時 間 10:30～11:45

回 数 各1回

定 員 各10名

参 加 料 各1,500円

講 師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員

## 個人レッスン

3才以上  
(未経験者～初心者)

幅広い世代にスケートに親しむ機会を提供するほか、上手に滑走するための基本を身につけ、エッジ操作や体重移動などの技術を習得する。

開催時期・時間 不定期

※詳しい開催日はお問い合わせいただくか、  
ウェブサイトでご確認ください。

申込期間 随時予約可能

回 数 各1回

定 員 各回1名または1グループ  
※1グループは3名まで

参 加 料 1人2,500円

講 師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



# スケート場

## はじめて スケート体験

スケート未経験の  
3才児・4才児

スポーツ活動の起点として、遊びながら楽しくスケートに接する機会を設け、スポーツの普及振興を図る。

開催日	①11月26日(月)	②12月7日(金)	③12月18日(火)	④1月23日(水)
申込期間	11月1日 ～11月12日	11月1日 ～11月23日	11月1日 ～12月4日	12月20日 ～1月9日
開催日	⑤1月31日(木)	⑥2月6日(水)	⑦2月22日(金)	⑧3月4日(月)
申込期間	12月20日 ～1月17日	1月10日 ～1月23日	1月10日 ～2月8日	1月10日 ～2月18日

時間 15:45～16:30  
回数 各1回  
定員 各3名  
参加料 1,200円  
講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員

## スケート初心者教室

5才以上の  
スケート初心者

来場者を対象にスケートの楽しさを感じながら、基本的な技術指導を提供し、スケートの普及振興を図る。

開催日 ①11月18日 ②12月2日 ③12月16日 ④1月6日  
⑤1月27日 ⑥2月10日 ⑦2月24日 ⑧3月10日  
(日曜日)  
申込期間 当日スケート場にて受け付け(事前予約不可)  
時間 10:00～10:45  
定員 各20～30名 ※開催日による  
参加料 無料 ※滑走料、貸靴料別途  
講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員及び準指導員

## チャレンジスケート教室

年中児～中学生

気軽にスケートに触れる機会の提供と、安全に滑走するための基本技術を身につける。開催日ごとのテーマに沿った練習を行う。

開催日 【前に進む、止まる、曲がる 初級集中講座】  
・11月24日 ・2月16日  
【バックスケート集中講座】  
・12月8日 ・1月19日 ・3月2日  
【クロス集中講座】  
・12月22日 ・2月2日 ・3月16日



申込期間

チャレンジテーマ	開催日	申込時期
前に進む、止まる、曲がる 初級集中講座	11月24日	11月1日～11月9日
バックスケート集中講座	12月8日	11月1日～11月23日
クロス集中講座	12月22日	11月1日～12月7日
バックスケート集中講座	1月19日	12月20日～1月7日
クロス集中講座	2月2日	12月20日～1月18日
前に進む、止まる、曲がる 初級集中講座	2月16日	12月20日～2月1日
バックスケート集中講座	3月2日	1月10日～2月15日
クロス集中講座	3月16日	1月10日～3月1日

時間 14:15～15:15  
回数 各1回  
定員 各20名  
参加料 1,000円  
講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員

# 総合プール

## キッズスイミング

3才以上の未就学児  
※おむつが取れているお子様

水に慣れながら水で遊ぶことの楽しさを学びながら水泳の基礎を身につけ、期間を通して活動し、基礎体力の向上を図る。

開催時期 第4期  
・水曜日コース 12月19日～3月20日  
・木曜日コース 12月20日～3月22日  
申込期間 11月19日～11月30日  
時間 15:30～16:30  
回数 10回  
定員 各40名  
参加料 各7,500円  
講師 (公財)日本体育協会  
公認指導員  
及び水泳指導員ほか



## ジュニアスイミング

小中学生

水に慣れながら水で遊ぶことの楽しさを学びながら水泳の基礎を身につけ、期間を通して活動し、基礎体力の向上を図る。

開催時期 第4期  
・水曜日コース 12月19日～3月20日  
・木曜日コース 12月20日～3月22日  
申込期間 11月19日～11月30日  
時間 17:00～18:00  
回数 10回  
定員 各60名  
参加料 各8,750円  
講師 (公財)日本体育協会  
公認指導員  
及び水泳指導員ほか



## おとなのためのスイミング

16才以上

基本的な泳法を身につけ、健康の維持・増進及び生涯スポーツの推進を図るほか、期間を通して活動し、基礎体力の向上を図る。

開催時期 第4期  
12月20日～3月22日  
申込期間 11月19日～11月30日

時間 14:00～15:00  
回数 10回  
定員 各30名  
参加料 各10,000円  
講師 (公財)日本体育協会公認指導員及び水泳指導員ほか

# スポーツ交流大会

体育館

## 平成30年度キッズフットサル交流大会 —第8回スギっ子CUP—

小学3年生以下

フットサルを通じて、基礎体力の向上とルールを学びながら参加者の交流を図ります。

**場 所** 県立体育館  
大体育場  
**日 時** 1月14日(月・祝)  
成人の日

### 募 集 要 項

**申込期間** : 12月3日(月)~7日(金)  
**参加資格** : 小学3年生以下  
**定 員** : 24チーム  
**大会参加費** : 1チーム 4,000円  
**宛 先** : ☒ kentai@akisouko.com



体育館

## 【ニュースポーツ交流大会】第21回ミニテニス大会

一般

ニュースポーツの普及・振興と、健康・体力づくりや参加者の親睦を深めます。

**場 所** 県立体育館  
大体育場、小体育場  
**日 時** 2月9日(土)

### 募 集 要 項

**申込期間** : 1月4日(金)~11日(金)  
**参加資格** : 一般男女  
**定 員** : 95組(190名)  
**大会参加費** : 1組 2,000円  
**宛 先** : FAX 018-862-5801



体育館

## 3×3バスケットボール交流大会

高校生以上

東京オリンピックの種目として採用された3×3バスケットボール交流大会を開催します。高校生以上のチームが参加し、競技を通じて参加者同士の親睦を深めます。

**場 所** 県立体育館  
**日 時** 3月16日(土)

### 募 集 要 項

**申込期間** : 未定(12月頃HPに掲載予定)  
**参加資格** : 高校生以上  
**定 員** : 24チーム  
**大会参加費** : 1チーム 5,000円  
**宛 先** : 未定(12月頃HPに掲載予定)



中央公園

## 第3回SKY-Dリーグ交流会 (U-10・U11)

小学生4・5年生以下

少年サッカーを通して、青少年の健全育成と親睦を図ります。

**場 所** 県立中央公園スカイドーム  
**日 時** 平成31年3月9日(土)  
9:00 ~ 17:00

### 募 集 要 項

**申 込** : 秋田県サッカー協会選抜による  
**参加資格** : 小学生4・5年生以下  
**定 員** : U-10・6チーム U-11・6チーム  
**大会参加費** : 1チーム 4,000円



中央公園

## 女子ミニバスケットボール交流会

小学生

ミニバスケットボールを通して、青少年の健全育成と親睦を図ります。

**場 所** 県営トレーニングセンター  
(アリーナ)  
**日 時** 平成31年3月23日(土)  
9:00 ~ 17:00

### 募 集 要 項

**申込期間** : 2月12日(火)~2月22日(金)  
**参加資格** : 秋田県内の小学生(女子)チーム  
**定 員** : 8チーム  
**大会参加費** : 1チーム 3,000円  
**宛 先** : TEL 018-886-3131



# 「体育の日」施設無料開放 10月8日(月・祝日)

スポーツの秋！みんなでスポーツを楽しみましょう！当日の予約状況等により利用できない場合がありますので、事前にお問い合わせいただくことでスムーズにご案内できます。

県立総合プール	10:00～16:45	県立武道館 (小道場・柔道場・近的弓道場・遠的弓道場・相撲場)	9:00～17:00
県立向浜運動広場(テニスコート・野球広場)	9:00～17:00		
県立総合射撃場 射撃の楽しさを「体育の日・無料開放」を通じて体感してみませんか。 ※保険料35円はかかります。	受付時間 9:00～16:00	県立中央公園 フィールドアスレチック・アリーナ・スカイドームは個人利用(団体等での占用利用は不可)となります。また、県営野球場・野球広場・テニスコートは2時間枠で事前の予約を受付します。この機会に気軽にご来園下さい。	9:00～17:00

## イベント

スケート場

### 「スケート・サービスデー」

みんなにスケートを楽しんでもらうために、今シーズンのオープンと営業終了日に合わせ小中学生滑走料無料のサービスデーを開催します。

「オープンサービスデー」

10月20日(土) 9:30～19:00

「ファイナルサービスデー」

3月24日(日) 9:30～19:00



スケート場

### 「クリスマス・フェスティバル」

スケートを楽しみながら皆様に参加していただける、各種イベントを用意して皆様のご来場をお待ちしています。小中学生滑走料無料。

12月24日(月・祝)  
9:30～19:00



## 平成30年度 第13回秋田県武道まつり —新春武道演武会—

■平成31年1月14日(祝日) 9:00～13:00 ■入場無料

県内武道(術)連盟による演武や稽古風景の披露、武道(術)体験教室、新春稽古会などが行われます。



## 利用者の声

【県立スケート場 ジュニアスケート教室参加者の保護者】

voice 01

いつも丁寧に指導いただきありがとうございます。毎回教えていただくのを楽しみにしていました。的確な指導と、はげましをいただけたらと思います。今年もよろしくお願いします。



【県立体育館 げんき!!健康応援教室参加者】

voice 02

普段から体を動かしていないので、体を強制的に動かす機会があるのは自分にとって良い。できれば毎週やってほしい。



【県立中央公園 スカイドーム利用者】

voice 03

私は、スポーツ少年団のサッカーチームに入っていますが、冬はほとんど体育館で練習をしています。雪が積もってグラウンドで練習できないときに、スカイドームの人工芝のグラウンドで試合ができ、うれしかったです。まもなく6年生になります。すこでもサッカーがうまくなるようにがんばっていますが、スカイドームで試合をしたことでちょっとだけうまくなったような気がしました。これから何回も冬にこのグラウンドで試合ができたらいいなと思いました。



【県立総合射撃場 ビームライフル体験参加者】

voice 04

お母さんが情報誌を見て僕でも撃つことのできる射撃があることを知り、ぜひ撃つてみたいと思い、家族で射撃場に来ました。初めての本格的な射撃に始めは、照準を合わせるのが難しかったですが、だんだん慣れてきて10点を撃つことができました。射撃が面白いと思ったのは、一生懸命狙って最高点の10点を撃つときです。ヤッターと思いました。また、体験に来たいと思います。



【県立武道館 ベビーマッサージ&ファーストサイン教室参加者】

voice 05

普段は家事などに追われなかなか集中して時間をとれないのでこのような機会を通じてコミュニケーションをとれてよかった。また、隔週でも復習しながらサインを学べて分かりやすかった。ありがとうございました。



# みんなのカルチャー

vol.69

秋田県総合公社自主事業広報誌

## 県立体育館

### 秋田県立体育館開館50周年・秋田県吹奏楽連盟創立60周年記念 3,000人の「大なる秋田」特別公演 ～マーチングバンドとバトントワーリングの響演～

来場者を含めた全員での「大なる秋田」の合唱、全国大会等出場経験のあるマーチングバンド、バトントワーリングの演奏・演技を行います。

開催日：平成30年10月8日(月・祝) 会場：秋田県立体育館  
 時間：開場13:00 開演13:30 終演17:00(予定) チケット販売：8月20日(月)～10月1日(月)  
 入場券：一般1,000円/大学生以下500円 プレイガイド：秋田県総合公社各事務所  
 未就学児無料 県庁地下売店/ローソンチケット  
 定員：3,500名(立ち見含む) さきがけニュースカフェ他

### はじめての陶芸Ⅱ 全1回 小学生以上

陶芸の基本技術を学び、作品制作します。自分だけの器やマグカップなどをつくりましょう。

開催日：11月17日(土)  
 申込期間：10月15日(月)～  
 11月15日(木)  
 時間：9:00～11:00  
 参加料：3,000円  
 定員：10組(20名)  
 会場：秋田県立体育館  
 講師：安藤 るり子(瑠璃窯)氏



### シュガークラフト教室 全1回 小学生以上

身近な砂糖を材料にして製作する工芸教室。完成まで講師が親切に指導します。

開催日：10月6日(土)  
 申込期間：8月27日(月)～9月27日(木)  
 時間：13:30～15:30  
 参加料：2,500円  
 定員：15組(30名)  
 会場：秋田県立体育館  
 講師：岩淵 加代子氏



## 県立武道館

### ベビーマッサージ&ファーストサイン教室(後期) 全6回 生後2か月～1歳までの乳幼児と保護者

オイルを使って優しく赤ちゃんにマッサージするほか、簡単なファーストサインの実践とお歌を交えて楽しく親子のコミュニケーションを図ります。

開催日：平成30年12月6日～1月17日(木)  
 申込期間：11月5日(月)から  
 時間：10:30～12:00  
 参加料：3,300円  
 定員：15組  
 会場：秋田県立武道館  
 講師：中川 典子  
 (ロイヤルセラピスト協会認定講師)



### 書道教室 全8回 小学生以上～一般

基本的な筆使いから古典の臨書、実用書まで個々の指導で無理なく上達できます。

開催日：平成30年10月10日～  
 11月28日(水)  
 申込期間：9月10日(月)から  
 時間：13:30～15:00  
 参加料：3,500円  
 定員：20名  
 会場：秋田県立武道館  
 講師：黒木 天篤(魁展無鑑査)



### フラダンス教室(後期) 全5回 16歳以上

5日間の短期教室で、楽しく1曲マスターします。スカートの貸出もありますので、初心者さんも気軽に参加出来ます。

開催日：平成30年10月2日～10月30日(火・木)  
 申込期間：9月1日(土)から  
 時間：14:00～15:00  
 参加料：3,300円  
 定員：20名  
 会場：秋田県立武道館  
 講師：菊地 美栄子・他インストラクター  
 (フラハラウオメレアロハ代表)



### バルーンアート教室 全1回 小学生4年生以上

身近な風船を使って色々な物を作りましょう。

開催日：12月中旬に1日開催予定  
 申込期間：11月中旬から  
 時間：1時間半程度  
 参加料：700円(別途材料費未定)  
 定員：15名  
 会場：秋田県立武道館  
 講師：秋田ハタハタ団  
 佐々木 講平



# 問い合わせ先

## 県立総合プール ☎018-895-5056

秋田市新屋町字砂奴寄4-6



平日の日中に、水中ウォーキングを楽しむ方々が増えています。夜8時まで営業(日曜・祝日除く)。仕事帰りに、泳ぐもよし、ウォーキングするもよし。



## 県立スケート場 ☎018-863-1241

秋田市新屋町字砂奴寄2-2



冬期間の体力作りやレクリエーションにピッタリ。初心者向けから上級者向けまで各種教室も充実。平日は夜8時まで営業。屋内で雪遊びができる広場もあります(12月上旬~3月上旬・利用無料)



## 県立体育館 ☎018-862-3782

秋田市八橋運動公園1-12



ニュースポーツ用具を貸出しています。地域や仲間同士のレクリエーションにどうぞ。(グラウンドゴルフ・ユニホック・インディアカ・ペタンク・ユニカールなど)



## 県立武道館 ☎018-862-6651

秋田市新屋町字砂奴寄2-2



放課後から参加できる初心者教室は、これから武道を始めたいお子様におすすめです。大道場や小道場は武道やスポーツの他、多目的な利用も可能です。



### MAP



## 県立中央公園 ☎018-886-4141

秋田市雄和椿川字駒坂台4-1



フィールドアスレチックは、高さ30mを誇る、大人気のスペースアスタワー他、84施設、140ポイントを有しており、日本最大規模の施設となっております。また、ファミリーキャンプ場も併設しておりますので、ご家族連れのリジャーに最適です!



### MAP



## 秋田県立総合射撃場 ☎0184-73-3900

由利本荘市岩城道川字新田沢43



許可を必要とする銃による射撃のほか、誰でも撃つことができるビーム射撃(ビームライフル・ビームピストル)が体験できます。ビーム射撃を通じて射撃の面白さを体感してみませんか。



### MAP

