

# みんなのスポーツ vol.76

秋田県総合公社自主事業広報誌

## 修繕工事実施による施設閉場のお知らせ

県立体育館閉場期間 ……令和4年4月1日～令和5年1月31日(予定) 天井改修工事のため

※掲載している教室や大会等の内容に変更が生じる場合があります。その他、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。

## 県立総合射撃場

### 射撃体験教室

おおむね  
小学4年生以上

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 4月9日、5月14日、6月11日、7月9日、8月13日、9月10日 土曜日開催  
時間 ①9:00～10:00 ②10:00～11:00 ③11:00～12:00

【予約制。途中からの参加はできません。】

参加料 中学：110円、高校・大学：160円、一般：220円（別途保険料35円）

定員 各時限5名まで

指導者 射撃場スタッフ（日本スポーツ協会B級公認 日本ライフル射撃協会認定ライフル射撃コーチ）

申込 開催日前日まで ☎0184-73-3900



### ランクリスト記録会

おおむね  
小学4年生以上

ビームライフルで20発の自己記録合計得点を記録し、射撃場内及びHPに小・中・高・一般別にランキング形式で掲示します。

7月・10月には各ランキング上位者5名ずつで、ランキングファイナルマッチを開催します。

記録時はスタッフが立ち会います。

開催日 【第1期】4、5、6月の開場日

【第2期】7、8、9月の開場日

時間 ①9:00～12:00 ②13:00～16:00

回数 1日1回まで。各期内であれば、何度でも挑戦OK。

参加料 記録1回200円

※射撃場使用料及び保険料は別途かかります。

申込 当日でも可 ☎0184-73-3900



### 夏休み！家族対抗ビーム射撃大会

おおむね  
小学4年生以上

家族2名1組で1人20発、計40発の合計得点で競う夏休み企画です。親子でもよし、兄弟姉妹でもよし、おじいちゃんおばあちゃんとお孫さんでもOKです。(ただし、2名のうち1名は小学生とします。)

開催日 ] 後日射撃場事務所HPに掲載予定。

申込時間 9:00～12:00

参加料 1人500円(1家族1,000円)

定員 申し込み先着20組まで  
(1家族何組でも可ですが掛け持ちはできません)



## 向浜運動広場

### 向浜テニス教室

16歳以上  
※高校生は15歳可

スポーツの楽しさ、仲間との出会いを通じて生涯スポーツの推進を図ります。

開催時期 【第1期】5月11日～6月15日

【第2期】7月6日～8月10日

【第3期】8月31日～10月5日

講師 秋田県テニス協会

受付方法 ホームページ

申込期間 【第1期】4月4日(月)～4月18日(月)

【第2期】6月3日(金)～6月15日(水)

【第3期】7月29日(金)～8月10日(水)

時間 19:00～21:00

回数 各期6回

定員 各期30名

参加料 各期6,300円



## 県立野球場 こまちスタジアム

### 県民開放日

県内に  
拠点のあるチーム

県立野球場(こまちスタジアム)の利用機会を提供し、生涯スポーツの推進を図ります。

開催時期 【学童】6月26日(日) ①10:00～②14:00～

8月29日(月) ①18:00～

10月10日(月・祝) ①10:00～②14:00～

【一般】7月3日(日) ①10:00～②14:00～

8月11日(木・祝) ①10:00～②14:00～

8月21日(日) ①10:00～②14:00～

8月30日(火) ①19:00～

受付方法 はがき

応募締切 5月21日(金)※当日消印有効

※応募方法や詳細については、向浜スポーツゾーン総合事務所に問合せていただくか、県立野球場(こまちスタジアム)のホームページでご確認ください。



あなたの笑顔をサポートします!

一般財団法人 秋田県総合公社

<http://www.akisouko.com/>

〒010-1623

秋田市新屋町字砂奴寄4-6

☎018-896-7100



# 県立武道館

## 初心者銃剣道教室

小学3年生以上～一般

銃剣道は、槍術の「突き技」を基調として明治初期に発展した武道です。「やって楽しく・見て面白い」を感じさせて心技体を鍛えます。

開催時期 7月26日～8月16日(火・金曜日開催)

申込期間 6月24日(金)から

時 間 18:00～20:00

回 数 全5回

参加料 3,400円

定 員 20名

講 師 畠山 次男

(秋田県銃剣道連盟 銃剣道範士八段)



## 初心者柔道教室

5歳～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 5月10日～5月26日(火・木曜日開催)

申込期間 4月8日(金)から

時 間 17:00～18:30

回 数 全6回

参加料 3,600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)



## 初心者和太鼓教室

小学3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12日～11月9日(水曜日開催)

申込期間 9月8日(木)から

時 間 18:00～19:00

回 数 全5回

参加料 3,400円

定 員 14名

講 師 半田 圭子

(日本太鼓財団3級公認指導員、  
秋田県太鼓連盟太鼓音楽指導員)



## 少林寺拳法で護身術体験教室

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。危険から安全に逃げる方法を少林寺拳法の基礎・基本を活かして学びます。

開催時期 8月23日～9月27日(火曜日開催)

申込期間 7月19日(火)から

時 間 18:00～19:00

回 数 全5回

参加料 3,400円

定 員 20名

講 師 遠田 弘志(正範士七段)



## 幼児教室(前期)

1歳～3歳くらいの  
幼児と保護者

歌や手遊び、ボールやフラフープを使っての体を動かす遊びを通して、親子のコミュニケーションを図り、お友達と一緒に遊ぶことで社会性を育みます。

開催時期 6月1日～7月13日(水曜日開催)

申込期間 4月28日(木)から

時 間 10:30～11:30

回 数 全6回

参加料 親子1組 3,600円  
(お子様1人追加につき +1,100円)

定 員 17組

講 師 中川 典子(ベビーサロン『福福』講師)



## 幼児教室(後期)

1歳～3歳くらいの  
幼児と保護者

歌や手遊び、ボールやフラフープを使っての体を動かす遊びを通して、親子のコミュニケーションを図り、お友達と一緒に遊ぶことで社会性を育みます。

開催時期 10月5日～11月16日(水曜日開催)

申込期間 9月2日(金)から

時 間 10:30～11:30

回 数 全6回

参加料 親子1組 3,600円  
(お子様1人追加につき +1,100円)

定 員 17組

講 師 中川 典子(ベビーサロン『福福』講師)



## 太極拳体幹運動教室(前期)

18歳～40歳くらい

太極拳の動きを取り入れ、体幹を中心に運動し健康増進を図ることを目的とする教室です。

開催時期 7月7日～8月18日(木曜日開催)

申込期間 6月1日(水)から

時 間 18:00～19:00

回 数 全5回

参加料 3,400円

定 員 20名

講 師 田村 ひとみ

(日本武術太極拳連盟3段・A級指導員)



## 健康応援教室

一般

基本的な筋力トレーニングやストレッチなどを行うことで、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。

開催時期 4月11・25日、5月9・23日、6月27日、7月4・11日、  
8月22・29日、9月5・12・26日

申込期間 随時

時 間 13:30～15:00

回 数 全12回

参加料 1回 250円

定 員 約100名

講 師 公社社員、エアロビクインストラクター他



# 県立武道館

## 【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るお子さんにもオススメです。

開催時期 毎週水曜日開催  
 申込期間 随時  
 時 間 17:45～19:00  
 回 数 全40回  
 参 加 料 15,000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 毎週水曜日開催  
 申込期間 随時  
 時 間 19:00～20:30  
 回 数 全40回  
 参 加 料 15,000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



## 太極拳教室 (前期)

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 6月23日～7月28日(木曜日開催)  
 申込期間 5月24日(水)から  
 時 間 10:00～11:30  
 回 数 全5回  
 参 加 料 3,400円  
 定 員 20名  
 講 師 菅原 江美子  
 (日本武術太極拳連盟3段・A級指導員)



## 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 9月22日～10月27日(木曜日開催)  
 申込期間 8月23日(火)から  
 時 間 10:00～11:30  
 回 数 全5回  
 参 加 料 3,400円  
 定 員 20名  
 講 師 菅原 江美子  
 (日本武術太極拳連盟3段・A級指導員)



## 初心者合気道教室

小学生以上

5日間の短期教室で、力を使わず心身の鍛錬と自身の身を守るための護身術を学びます。

開催時期 10月7日～11月11日(金曜日開催)  
 申込期間 9月8日(木)から  
 時 間 18:00～19:00  
 回 数 全5回  
 参 加 料 3,400円  
 定 員 20名  
 講 師 千葉 孝二  
 (六段・秋田県合気道連盟 副会長)



## スポーツチャンバラ教室(前期)

幼児～小学生と保護者

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、スキンシップを図りながら遊びのルールを学び心と体を鍛えます。

開催時期 7月26日～8月19日(不定期開催)  
 申込期間 6月24日(金)から  
 時 間 10:00～11:30  
 回 数 全6回  
 参 加 料 親子1組3,600円  
 (お子様1人追加につき +1,100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)



# 県立体育館

## ノルディックウォーキング

小学生以上  
身長140cm～  
185cmの方

専用のポールを使って行うウォーキングです。全身の90%の筋肉を使うため、通常のウォーキングに比べ、高い運動効果が期待できます。

開催時期 ①4月18日(月) ②5月20日(金) ③5月29日(日)  
 ④6月29日(水) ⑤7月12日(火) ⑥7月30日(土)  
 ⑦8月29日(月) ⑧9月10日(土) ⑨9月22日(木)

時 間 10:00～ 90～120分程度  
 ※当日のコースや天候により変動します

申込期間 【4・5・6月分】3月28日(月)～  
 【7・8・9月分】6月13日(月)～

回 数 全9回  
 参 加 料 各回500円

定 員 各回15名  
 指 導 者 公社社員(特定非営利活動法人日本ノルディック  
 ウォーキング協会公認インストラクター)



## ●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 一般	120円 250円	高校生 150円
時 間	9:00～16:00		



## シニアトレーニング

一般

筋力低下しやすい下肢を中心としたストレッチや筋トレのほか、頭を使いながらの運動を行い、元気な体作りを目指します。

開催時期 【水曜日開催】 第1期 4月6日～6月22日  
第2期 7月～9月  
(5月上旬～中旬頃HPに掲載予定)

申込期間 【第1期】3月22日(火)～  
【第2期】6月6日(月)～

時 間 13:20～14:20  
回 数 8回×2期  
参 加 料 各期1,800円  
定 員 50名  
指 導 者 公社社員



## シニアエアロ

一般

音楽に合わせた簡単なステップで全身を動かします。シニアトレーニング後の有酸素運動としてはもちろん、シニアエアロだけの参加も可能です。

開催時期 【水曜日開催】 第1期 4月6日～6月22日  
第2期 7月～9月  
(5月上旬～中旬頃HPに掲載予定)

申込期間 【第1期】3月22日(火)～  
【第2期】6月6日(月)～

時 間 14:30～15:00  
回 数 8回×2期  
参 加 料 各期800円  
定 員 45名  
指 導 者 三浦 麻衣子(健康運動指導士)

## シニアヨガ

一般

ヨガの基本的な動きを行うことで、心身ともにリラックス効果が得られます。シニアトレーニング後の有酸素運動としてはもちろん、シニアヨガだけの参加も可能です。

開催時期 【水曜日開催】 第1期 4月6日～6月22日  
第2期 7月～9月  
(5月上旬～中旬頃HPに掲載予定)

申込期間 【第1期】3月22日(火)～  
【第2期】6月6日(月)～

時 間 14:30～15:00  
回 数 8回×2期  
参 加 料 各期800円  
定 員 15名  
指 導 者 三浦 みつ枝(タイ式ヨガ ルーシーダットン インストラクター)

「シニアトレーニング」に、「シニアエアロ」または「シニアヨガ」を組み合わせるとより効果的!  
※どれか1つの参加も可能です。



シニアトレーニング



シニアヨガ



シニアエアロ

## アクティブクラブ・キッズ

年中児・年長児

神経系の発達が著しいこの時期に、遊びの要素が含まれた様々な運動を経験することで、体と心の調和がとれた成長に役立ちます。

開催時期 【火曜日開催】 第1期 4月12日～6月28日  
第2期 7月～9月  
(5月上旬～中旬頃HPに掲載予定)

申込期間 【第1期】3月22日(火)～  
【第2期】6月6日(月)～

時 間 15:30～16:20  
回 数 8回×2期  
参 加 料 各期4,800円  
定 員 6名  
指 導 者 公社社員(キッズコーディネーショントレーナー)



## アクティブクラブ・ジュニア

小学1～2年生

運動能力の基礎が出来上がるこの時期に、多種多様な運動を経験することで、スポーツに必要な基本能力を高めます。

開催時期 【火曜日開催】 第1期 4月12日～6月28日  
第2期 7月～9月  
(5月上旬～中旬頃HPに掲載予定)

申込期間 【第1期】3月22日(火)～  
【第2期】6月6日(月)～

時 間 16:50～17:50  
回 数 8回×2期  
参 加 料 各期5,200円  
定 員 10名  
指 導 者 公社社員(キッズコーディネーショントレーナー)



※上記5事業の申込期間について、

第1期 → 令和3年度 第4期(アクティブクラブは第3期)参加者の継続申込終了後、空が出た分を新規募集します

第2期 → 令和4年度 第1期参加者の継続申込終了後、空が出た分を新規募集します

## 県立総合プール

### ベブスイミング

生後6ヶ月～3歳未満の乳幼児とその保護者  
※子ども1名に大人2名まで

水で遊ぶことの楽しさを学びながら、親子のふれあいを深めます。

時 間 10:30～11:30  
回 数 1回  
定 員 40組  
参 加 料 820円  
講 師 水泳指導員



1回目	開催時期 7月6日(水) 申込期間 6月13日(月)～7月2日(土)	2回目	開催時期 7月13日(水) 申込期間 6月13日(月)～7月9日(土)	3回目	開催時期 7月20日(水) 申込期間 6月13日(月)～7月16日(土)	4回目	開催時期 8月3日(水) 申込期間 6月13日(月)～7月30日(土)
5回目	開催時期 8月17日(水) 申込期間 7月25日(月)～8月13日(土)	6回目	開催時期 8月24日(水) 申込期間 7月25日(月)～8月20日(土)	7回目	開催時期 8月31日(水) 申込期間 7月25日(月)～8月27日(土)	8回目	開催時期 9月7日(水) 申込期間 7月25日(月)～9月3日(土)

## キッズスイミング(水曜日コース)

3歳以上の未就学児  
※おむつが取れているお子様

期間を通じて水に慣れ、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ます。

開催時期 【第1期】4月20日～7月13日

【第2期】8月3日～10月12日

【第3期】11月9日～3月8日

申込期間 ※昨年度参加者の継続申し込み終了後、空きが出た分を新規募集します。

【第1期】3月28日(月)～4月6日(水)

【第2期】7月11日(月)～7月20日(水)

【第3期】10月17日(月)～10月26日(水)

時間 15:30～16:30

回数 各コース・各期10回

定員 各コース・各期40名

参加料 各コース・各期7,650円

講師 (公財)日本スポーツ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(水曜日コース)

小中学生

期間を通じて水に慣れ、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、基礎体力の向上を図ります。

開催時期 【第1期】4月20日～7月13日

【第2期】8月3日～10月12日

【第3期】11月9日～3月8日

申込期間 ※昨年度参加者の継続申し込み終了後、空きが出た分を新規募集します。

【第1期】3月28日(月)～4月6日(水)

【第2期】7月11日(月)～7月20日(水)

【第3期】10月17日(月)～10月26日(水)

時間 17:00～18:00

回数 各コース・各期10回

定員 各コース・各期60名

参加料 各コース・各期9,000円

講師 (公財)日本スポーツ協会公認指導員及び水泳指導員ほか



## キッズスイミング(木曜日コース)

3歳以上の未就学児  
※おむつが取れているお子様

期間を通じて水に慣れ、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ます。

開催時期 【第1期】4月21日～7月14日

【第2期】8月4日～10月13日

【第3期】11月10日～3月9日

申込期間 ※昨年度参加者の継続申し込み終了後、空きが出た分を新規募集します。

【第1期】3月28日(月)～4月6日(水)

【第2期】7月11日(月)～7月20日(水)

【第3期】10月17日(月)～10月26日(水)

時間 15:30～16:30

回数 各コース・各期10回

定員 各コース・各期40名

参加料 各コース・各期7,650円

講師 (公財)日本スポーツ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(木曜日コース)

小中学生

期間を通じて水に慣れ、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、基礎体力の向上を図ります。

開催時期 【第1期】4月21日～7月14日

【第2期】8月4日～10月13日

【第3期】11月10日～3月9日

申込期間 ※昨年度参加者の継続申し込み終了後、空きが出た分を新規募集します。

【第1期】3月28日(月)～4月6日(水)

【第2期】7月11日(月)～7月20日(水)

【第3期】10月17日(月)～10月26日(水)

時間 17:00～18:00

回数 各コース・各期10回

定員 各コース・各期60名

参加料 各コース・各期9,000円

講師 (公財)日本スポーツ協会公認指導員及び水泳指導員ほか



## キッズサマースイミング

3歳以上の未就学児  
※おむつが取れているお子様

いろいろな道具を使った水遊びを通して、水に親しみ初歩の泳ぎを身につけます。

開催時期 ①7月27日(水)～29日(金)

②8月8日(月)～10日(水)

申込期間 ①6月27日(月)～7月6日(水)

②6月27日(月)～7月13日(水)

時間 10:00～11:00

回数 3回

定員 各20名

参加料 2,600円

講師 (公財)日本スポーツ協会公認指導員及び水泳指導員ほか



## ジュニアサマースイミング

小中学生

いろいろな道具を使った水遊びを通して、水に親しみ初歩の泳ぎを身につけます。

開催時期 ①7月27日(水)～29日(金)

②8月8日(月)～10日(水)

申込期間 ①6月27日(月)～7月6日(水)

②6月27日(月)～7月13日(水)

時間 11:30～12:30

回数 3回

定員 各30名

参加料 2,900円

講師 (公財)日本スポーツ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歳以上

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ります。

開催時期 【第1期】4月21日～7月14日

【第2期】8月4日～10月13日

【第3期】11月10日～3月9日

申込期間 【第1期】3月28日(月)～4月6日(水)

【第2期】7月11日(月)～7月20日(水)

【第3期】10月17日(月)～10月26日(水)

時間 14:00～15:00

回数 10回

定員 各期30名

参加料 各期定期券なし：10,200円 定期券あり：7,450円

講師 (公財)日本スポーツ協会公認指導員

## 親子deレスキュー～水上安全法を学ぼう～

小学生以上

着衣のまま水に入る体験を通して、水の事故における知識・技能を養うとともに、安全な水泳法、救助法を学びます。

開催時期 8月6日(土)

申込期間 7月6日(水)～

時間 10:00～11:30

回数 1回

定員 20名

参加料 330円

講師 日本赤十字社  
秋田県支部指導員



# イベント

## 第38回県立中央公園 ミニバスケットボール交流会

秋田県内の小学校  
男子・女子チーム

ミニバスケットボールを通して、青少年の育成と親睦を図ります。

開催日 5月14日(土)～15日(日)  
受付方法 電話 018-886-3131またはFAX 018-886-3686  
申込期間 後日事務所HPに掲載予定  
時間 9:00～17:00  
参加料 4,000円  
定員 8チーム



## 第3回県立中央公園 ティーボール交流会

秋田県内の小学校  
チーム

ティーボールを通して、青少年の育成と親睦を図ります。

開催日 5月5日(木・祝)  
受付方法 秋田市スポーツ少年野球協会による選抜  
申込期間 後日事務所HPに掲載予定。  
時間 9:00～17:00  
参加料 2,000円  
定員 20チーム



## 第11回県立中央公園ウォーク

一般

中央公園内の自然に親しみながら、ウォーキングをすることによって健康増進を図ります。5km・10kmコースの2コースからお選び頂けます。

開催日 6月～7月頃を予定  
受付方法 電話 018-886-3131またはFAX018-886-3686  
申込期間 後日事務所HPに掲載予定  
時間 9:00～12:00  
参加料 300円  
定員 50名



## ガーデニングを楽しむ

一般

グリーンコーディネーター講師による草花植物に関する講習会を行います。希望者は、講習会後に寄せ植え体験などができます。

開催日 後日事務所HPに掲載予定  
受付方法 電話 018-886-3131または事務所HP  
申込期間 後日事務所HPに掲載予定  
時間 9:00～11:00  
参加料 500円  
定員 20名



## 県立中央公園 夏休み思い出づくり隊2022

親子連れ

バーベキューやネイチャーゲーム、キャンプファイヤーを通じて、楽しく学び、参加者相互の親睦を通して記憶に残る夏休みの思い出づくりに寄与します。

開催日 後日事務所HPに掲載予定  
受付方法 電話 018-886-3131または事務所HP  
申込期間 後日事務所HPに掲載予定  
時間 9:30～19:00  
参加料 大人 500円 小学生 300円  
幼児は無料  
定員 50名



## 武道館探検ツアー

小学生以上の親子

小学生以上を対象に、県立武道館の各道場をはじめ、普段社員以外に立ち入りできない武道館内部を見学することができます。また、武道団体の競技・稽古風景の見学や弓道体験、宝探しなど親子で楽しめる内容も企画しております。

開催日 9月23日(金・祝)  
受付方法 電話または直接武道館窓口でお申し込みください。  
8月22日(月)～9月22日(木)  
申込期間 9:00～11:00  
時間 無料  
参加料 先着20組(親子での参加が原則)  
定員 ※大人1名につき、お子様2名まで



総合プール

### ◆長崎宏子のSWIM TO SMILE! 7月30日(土)・31日(日)

県立総合プールを広く県民に周知し、利活用を促進するために、長崎宏子名誉館長が指導する教室を開催し親子の絆を深めるとともに、県民の健康に対する意識の向上を図ります。

※詳細が決まり次第、事務所HPに掲載します。

県立中央公園

### ◆夏休み! キッズチャレンジスポーツ2022 7月23日(土)

秋田ノーザンハピネッツ・秋田ノーザンプレッツラグビーフットボールクラブの選手やコーチと一緒にカラダを動かそう! 初心者でもOK!



※詳細が決まり次第、公社HPに掲載します。  
問い合わせ先: 企画事業部  
☎018-896-7166

# 施設無料開放

県立総合プール

### ◆こどもの日 5月5日(木・祝)

小中学生の入場無料! 向浜こどもスタンプラリーを同時開催します。

### ◆県の記念日 8月29日(月)

10:00～17:00

県立中央公園

### ◆こどもの日 5月5日(木・祝)

【個人利用施設】フィールドアスレチック、トレーニングルーム、陸上競技場、補助陸上競技場、アーチェリー場  
【予約利用施設】アリーナ、野球場・野球広場、テニスコート(人工芝・ハード)、投てき場、スカイドーム

### ◆県の記念日 8月29日(月)

【個人利用施設】フィールドアスレチック、トレーニングルーム、陸上競技場、補助陸上競技場、アーチェリー場  
【予約利用施設】アリーナ、野球場・野球広場、テニスコート(人工芝・ハード)、投てき場、スカイドーム

9:00～17:00

屋内  
9:00～17:00  
屋外  
9:00～18:30

県立武道館

### ◆県の記念日 8月29日(月)

個人使用のみ(小道場・柔道場・剣道場・近的弓道場・遠的弓道場・相撲場・屋外相撲場)

9:00～17:00



# みんなのカルチャー

vol.76

秋田県総合公社自主事業広報誌

## 県立武道館

**ベビーマッサージ&サイン教室(前期・後期) 各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：【前期】6月16日～8月4日(木曜日開催)  
【後期】10月6日～11月17日(木曜日開催)

申込期間：【前期】5月17日(火)から  
【後期】9月6日(火)から

時間：10:30～11:30

参加料：3,600円

定員：17組

講師：中川 典子  
(ベビーサロン『福福』講師)



**フラダンス教室(前期・後期) 各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：【前期】6月23日～7月28日(木曜日開催)  
【後期】9月22日～10月27日(木曜日開催)

申込期間：【前期】5月24日(火)から  
【後期】8月23日(火)から

時間：13:00～14:00

参加料：3,400円

定員：20名

講師：菊地 美栄子  
他インストラクター(フラハロウオメリアロ八代表)



**書道教室 全6回**

小学生以上

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：10月12日～11月23日(水曜日開催)

申込期間：9月13日(火)から

時間：13:30～15:00

参加料：3,600円

定員：20名

講師：黒木 天篤(てんしょう)  
(魁展無鑑査)



**夏休みクレイクラフト教室 全1回** 小学生以上の親子

軽量粘土を用いた工芸教室。親子で工芸に親しむ体験を試みませんか。

開催日：7月31日(日)

申込期間：6月28日(火)から

時間：13:30～15:30

参加料：2,700円(材料費込)

定員：15名

講師：岩淵 加代子(シュガーアートサロン秋田代表)



**坐禅と写経の夕べ 全1回**

一般

坐禅と写経を通じ、時間や社会にとらわれることなく、日々のストレスから解放される体験を試みましょう。

開催日：7月29日(金)

申込期間：6月27日(月)～

時間：18:15～20:15

参加料：1,500円

定員：30名

会場：県立武道館 小道場

講師：臨済宗妙心寺派「不道会」

※県立体育館主催のため、お問い合わせは体育館へ



**はじめての離乳食教室(前・後期) 各1回** 生後4か月～12歳か月頃までの赤ちゃんの保護者

実際の月齢ごとの離乳食を見て、それぞれの違いを見比べよう！離乳食づくりのコツやポイントをお教えます。個別相談あり。お子さまも一緒にどうぞ。

開催日：【前期】6月21日(火) 【後期】9月開催予定

申込期間：【前期】5月30日(月)～【後期】8月中

時間：10:30～12:00

参加料：各500円

定員：各10名

受付方法：☎018-896-7166

(運営本部事務局 企画事業部)

講師：公社社員(管理栄養士)



## 県立体育館

**陶芸教室 全1回**

小学生以上

陶芸の基本技術「手びねり」を学び、自分だけのお皿やマグカップなどを作ります。

開催日：8月11日(木・祝)

申込期間：7月11日(月)～

時間：10:00～12:00

参加料：1,000円※材料代別途

定員：2名×6組(計12名)

会場：県立体育館 会議室

講師：安藤 るり子(瑠璃窯)



**フェイクスイーツ教室 全1回** 小学生以上

フェイクスイーツとは、粘土などの材料を使って作る本物そっくりのお菓子。完成まで講師が丁寧に指導します。

開催日：7月31日(日)

申込期間：7月1日(金)～

時間：10:00～12:00

参加料：2,400円※材料費込み

定員：2名×6組(計12名)

会場：県立体育館 会議室

講師：佐藤 加奈子(フェイクスイーツ教室『aiueo』)



※県立体育館は修繕工事実施のため閉場しておりますが、会議室はお使いいただけます。

# 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。



## 県立向浜運動広場 ☎018-895-5056

秋田市新屋町字砂奴寄4-6



テニスコートは、夜9時30分まで利用できます。お仕事帰りに、いかがですか。四面野球広場は、夜だけでなく早朝(5時)も利用できます。早朝野球に、どうぞ。



## 県立体育館 ☎018-862-3782

秋田市八橋運動公園1-12



各種スポーツ大会・行事の主要会場として多く県民に親しまれております。  
**※現在、修繕工事実施のため閉場しております。(天井改修工事のため)**  
閉場期間  
令和4年4月1日～  
令和5年1月31日(予定)



## 県立野球場 こまちスタジアム ☎018-895-5056

秋田市新屋町字砂奴寄4-6



一般の方もご利用いただける県民開放日を企画しております。また、イベントも開催いたします。是非ご参加ください。



## 県立武道館 ☎018-862-6651

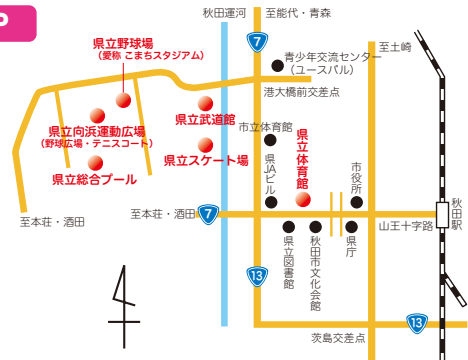
秋田市新屋町字砂奴寄2-2



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

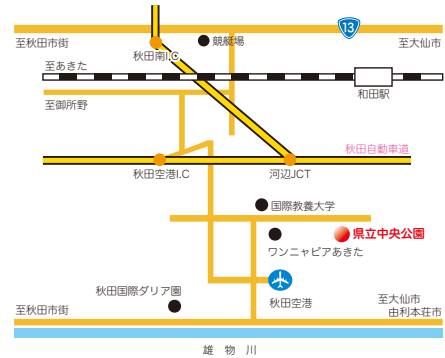
秋田市雄和椿川字駒坂台4-1



フィールドアスレチックのオープンは4月中旬から下旬を予定しております。  
高さ30mを誇り、大変人気があるスペースアスレタワー他、84施設、140ポイントを有しており、日本最大規模となっております。  
多数のご来園お待ちしております。



### MAP



## 県立総合射撃場 ☎0184-73-3900 (狩猟技術訓練施設 ☎0184-74-3004)

由利本荘市岩城道川字新田沢43



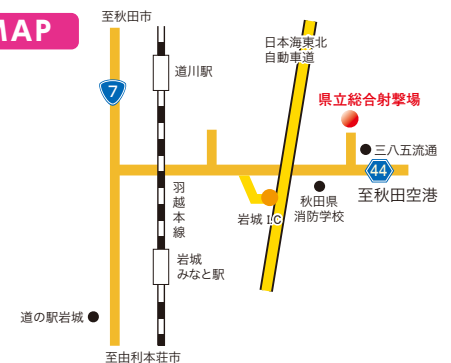
東北で唯一平日の日中でも射撃ができる射撃場です。許可を必要とする射撃のほか、だれでもできるチーム射撃(チームライフル・チームピストル)が体験できます。  
チーム射撃を通じて射撃の面白さを体験してみませんか。日本スポーツ協会公認コーチが丁寧に指導します。



高くそびえる緑色のネットをバックに飛び交うオレンジ色のピジョン。全国でも3例目という、最新式の鉛弾回収型狩猟技術訓練施設です。  
猟期に備え、狩猟技術、感覚に磨きをかけてください。



### MAP



## あきた芸術劇場開館準備事務所

☎018-838-5822

HP <https://akiat.jp>



「あきた芸術劇場ミルハス」はいよいよ6月に開館、9月23日にグランドオープンします！2,007席の大ホール、800席の中ホール、リハーサル室も兼ねた小ホールのほか、各種研修室や練習室も整備されます。練習室や研修室等は6月から利用開始の予定です。開館へ向けて準備作業も大詰めを迎えています！

