総合体育館からのお知らせ

■ 総合体育館年間券について

令和7年度総合体育館年間券購入の受付を開始いたします。購入希望の方は総合体育館にお申込みください。料金は次のとおりです。

区　分	小中学生	高校生 70歳以上	一般
金　額	2,070円	4,150円	8,310円

※　週2回以上ご利用の方は年間券購入をおすすめします。

■ スポーツ安全保険について

令和6年度に加入していましたスポーツ安全保険は、令和7年3月31日に、保険期間が満了となります。令和7年度も引き続き、加入を希望される場合は、新たに手続きが必要となりますので、総合体育館までお申し込みください。

なお、適用期間は、令和7年4月2日から令和8年3月31日の1年間です。4月2日から適用したい場合は、3月24日までにお申し込みください。

※ 4月1日からの適用はできませんのでご了承ください。

ランニングのすすめ

■ 寒い季節のランニングは暑い季節のランニングよりも脂肪燃焼効果が高い！

寒い季節のランニングは、暖かい季節のランニングよりも脂肪燃焼効果が高いと言われています。寒い季節の運動は、まず体温を上げるために脂肪燃焼が行われるからです。

また、寒い季節にランニングを続けると体の代謝機能が上がりやすくなり、冷え性といった体質改善を目指すことができます。

雪がまだ降るこの時期は、総合体育館トレーニング室のランニングマシンがおすすめです 。

ランニングマシンを3台設置しています。

文化・スポーツ大会等参加補助金について

■本町では、青少年の健全育成と文化・スポーツ活動の普及のため、道北大会、全道大会、全国大会に出場する個人・団体に対し、補助金を交付しております。

予選会を経て出場する道北大会、北海道大会、全国大会の発表会、スポーツ大会が対象となります。
道北大会等に出場される際は、ご相談ください。

項　目	内　容		
対象となる大会	・ 日本スポーツ協会が主催・共催する大会 ・ 北海道文化団体会議、北海道スポーツ協会が主催・共催する大会 ・ 全国・北海道の各文化連盟、各競技連盟が主催・共催する大会 ※　小・中・高等学校の部活動等は対象から除きます。		
補助対象者	・ 町内に在住する小学生・中学生・高校生 ・ 構成員として町内に在住する小学生・中学生・高校生のいる団体		
申　請　者	団体：スポーツ少年団等所属団体　/　個人：出場者の保護者		
補助対象経費	・ 交通費、宿泊費、昼食代、大会参加費等		
補助金額	北海道大会、道北大会	宿泊費	宿泊を認める場合は1人　10,000円/大会（上限）
			宿泊を認めない場合は1人 5,000円/大会（上限）
		交通費	教育委員会が算出した金額/大会（上限）
	全国大会	規程する対象経費の全額	

※　ご不明な点は、教育委員会にお問い合わせください。（文化活動：社会教育係　スポーツ活動：総合体育館）