

県立学校体育
施設の使用料に
ついて

総合型地域スポーツクラブは**施設使用料が免除！**

※照明設備は使用料が必要です

三重県は昭和52年から県立学校体育施設を開放していますが、令和元年10月1日から、設備の修繕や備品の更新、消耗品の補充等、体育施設の環境整備を図るため、**体育施設の使用料**は原則として利用者が負担することとなっています。

しかし、『総合型地域スポーツクラブ』については、その意義が認められ、**施設使用料が免除**されることとなりました。（※照明設備使用料は従来どおり必要となります。）

そこで、各県立学校において総合型クラブであることの確認が円滑に行われるよう、体育施設を使用する総合型クラブ（サークル・教室名、使用者等）を県立学校に報告いたします。

今年度、県立学校体育施設を使用しているクラブ及び使用予定のクラブは、みえ広域スポーツセンターまで指定の報告用紙を速やかにご提出いただきますようお願いいたします。

使用していないクラブは、年度内に県立学校体育施設に使用することがあれば、その時点で報告用紙の提出をお願いします。

どのクラブも年度の初回申請時にのみ提出いただき、2回目以降の提出は必要ありません。

（※使用許可申請は各クラブが行ってください。報告をもって使用が確定するものではありません。）



《報告用紙ダウンロード》

PDFファイル【 <http://www.pref.mie.lg.jp/common/content/000892722.pdf> 】

Excelファイル【 <http://www.pref.mie.lg.jp/common/content/000892724.xlsx> 】

■体育施設を開放している県立学校

※体育施設を開放している県立学校、開放施設一覧、所在地、連絡先等については、
県教育委員会Webページ（下記アドレス）よりご確認ください。

【 <http://www.pref.mie.lg.jp/SPORTS/HP/881750001.htm> 】

〈問合せ先〉三重県 教育委員会事務局 保健体育課 学校体育班
〒514-8570 津市広明町13番地（本庁7階）
TEL：059-224-2973 FAX：059-224-3023
E-mail：hotai@pref.mie.lg.jp



安全に運動・スポーツをするポイントは？Ver.2

体調をチェック

一つでも当てはまる場合には、運動やスポーツは行わないでください。

- 平熱を超える平熱
- 咳、のどの痛みなど風邪の症状
- だるさ、息苦しさ
- 嗅覚や味覚の異常
- 体が重く感じる、疲れやすい等

感染防止の3つの基本

- 十分な距離の確保
- マスクの着用
- 手洗い・手指消毒

家に帰ったらまず手や顔を洗う。
できるだけすぐにシャワーを浴びて、
着替える。

熱中症の予防 ! 熱くなる日は要注意!

こまめな水分・塩分の補給、休憩の確保、風通しの良い服装や着帽、屋内では空調の使用等を行いましょ。

マスクを着用したまま運動・スポーツをすると、水分補給を忘れたり、体温が下がりにくいことがありますので注意してください。また、マスクをしていつも通りの運動・スポーツをすると、運動強度が上がることがありますので、速度を落とすなど調整してください。息苦しさを感じた時はすぐに外すことや休憩を取る等、無理をしないでください。

運動・スポーツの種類ごとの留意点

×密閉 ×密集 ×密接

三つの密のうち、一つでも該当しないように注意しましょう。

●ウォーキング・ジョギング

- ①一人又は少人数で実施
- ②すいた時間、場所を選ぶ
- ③他の人との距離を確保
- ④すれ違う時は距離をとる



●筋トレ・ヨガ

- ①自宅で動画を活用
- ②こまめに換気



運動不足(身体的不活動)は健康に害を及ぼします。

安全な環境を確保して適度に運動・スポーツを行うよう心掛けてください。

高齢者や基礎疾患などのある方は、かかりつけ医に相談してください。

内部地区総合型地域スポーツクラブ「うつべ☆スター」

ノルディック・ウォーキング無料体験会

開催日時：毎月第2土曜日 9時00分～11時30分予定（8時30分受付）

会 場：南部丘陵公園

集合場所：南部丘陵公園南ゾーン（公園茶屋側駐車場横広場）

募集人数：20名程度

参加費：無料

持ち物：ウォーキングシューズ等、リュック、飲み物、帽子、運動のできる服装、サングラス

内 容：全日本ノルディック・ウォーク連盟公認講師（うつべ☆スタークラブマネージャー）が2本の専用ポールを使った基本的な歩き方、ストレッチ、関連知識等を丁寧に指導します。

お勧めポイント：南部丘陵公園の四季折々の動植物が観察できます。

そ の 他：・ノルディック専用ポールを無料で貸出します。

・新型コロナウイルス感染予防として検温をして微熱等ある方は参加できません。

また、参加時にはマスク装着をお願いします。

・参加希望の方は、当日現地にお越しいただくか、下記までお電話ください。

連絡先：〒510-0954 四日市市采女町 857-1 内部地区市民センター2階団体事務所内

TEL/FAX：059-347-3330（月・水・金の13時～17時）

E-mail：utsube_star@m6.cty-net.ne.jp

HP：http://www6.cty-net.ne.jp/~utsube_star/



百合が丘総合スポーツクラブ

ダンススポーツ

開催日時：毎週木曜日 13時30分～15時30分

会 場：百合が丘市民センター 多目的ホール

参加対象：成人であればどなたでも大丈夫です

（現在、平均年齢70歳以上の方が多く、若い方にも参加してほしいです）

募集人数：約10人程度

参加費：月額1,200円

内 容：種々のダンスを通じて、健康増進に繋げる。

お勧めポイント：非常に姿勢が良くなり、またリズム感も向上します。

連絡先：〒518-0485 名張市百合が丘西5番町13番地

TEL：0595-64-6466 FAX：0595-64-6467

E-mail：yurigaoka.club@gmail.com



NPO 法人浜島スポーツクラブ

ジュニアベースボール教室

開催日時：第1・3土曜日 10時00分～正午

会場：志摩市浜島ふるさと公園多目的グラウンド
(雨天及び12～3月は志摩市浜島B&G海洋センターアリーナ)

参加対象：5歳以上小学2年生まで
(スポーツ少年団に入る前の年齢のお子さんが対象です)

募集人数：10人以上で実施

参加費：年会費1,500円
※その他、保険料が必要です。

持ち物：運動しやすい服装、シューズ、帽子、タオル、水筒等

内容：軟らかいボールを使って、捕る・打つ・投げるの基本動作を取得します。

お勤めポイント：基本動作を取得して、ミニゲームができるまでを指導します。
年齢に応じた野球の知識や技術を楽しく修得できます。

連絡先：〒517-0404 志摩市浜島町浜島 3564-4 志摩市浜島B & G海洋センター内
TEL：0599-53-2636 FAX：0599-53-2626
E-mail：hsc@shima.mctv.ne.jp
HP：<http://www.shima.mctv.ne.jp/~hsc/>



新型コロナウイルス感染症予防のため、教室・体験会を休止または延期している場合がございますので、参加される場合は各総合型地域スポーツクラブへお問い合わせください。

《スポーツくじ (toto・BIG) について》

スポーツくじ (toto・BIG) は、子どもからお年寄りまで誰もが身近にスポーツに親しめる環境整備や、国際競技力向上のための環境整備など、新たなスポーツ振興政策を実施するため、その財源確保の手段として導入されたものです。

みえ広域スポーツセンターは、toto 助成によりクラブアドバイザーを派遣し、総合型クラブの創設から自立・活動までを支援しています。



【発行】みえ広域スポーツセンター

三重県地域連携部 国体・全国障害者スポーツ大会局 スポーツ推進課内
〒514-8570 津市広明町13番地(本庁2階)
TEL:059-224-2986 FAX:059-224-3022
E-mail:m-kouiki@pref.mie.lg.jp
WEB:<http://www.pref.mie.lg.jp/D1SPORTS/73545045197.htm>
Facebook:<https://www.facebook.com/mie.kouiki.sc/>



QRコードはこちら↓

