



福岡市立東体育館
FUKUOKA CITY HIGASHI GYMNASIUM

Sporec News

福岡市立東体育館版

3

2025.3.1発行

〒813-0003 福岡市東区香住ヶ丘1丁目12番2号
TEL | 092-672-0301 FAX | 092-672-0302
休館日 | 毎月第3月曜日(祝日の時は翌日)、年末年始
URL | <https://www.fukuoka-higashi-gym.jp>

東体育館公式LINE
始めました!



お友達登録
よろしく
お願いします



東体育館 館長
西永 優

● 西永館長のつぶやき

東体育館の改修工事も後半に入り、リニューアルオープンまで後4カ月になりました。利用者の皆様方にはご不便をおかけいたしますが、もうしばらくお待ちください。また、大きな変化としては、4月から体育館の個人利用の方法が大きく変わります。電話での事前予約は3月18日に終了になります。4月分からは EastNews をご覧下さい。私は、通勤時間が長いこともあります。朝が暗くて街並みの色彩の乏しい冬が苦手です。春から初夏にかけては心躍る季節です。例年、3月になると庭を支配するように咲き誇っていたミモザアカシアは、昨年満開の後倒れてしまい今年は見ることができませんが、この時期、桜や桃の花が咲きだすと、街の色彩が一気に華やかになります。特に福岡は桜の名所が多く、孫と一緒にどこに花見に行くか今から楽しみにしています。

● スポーツ指導員の活動報告

● 改修中も地域の健康をサポート!

10月から体育館の改修工事に伴い、地域の皆様に運動を続けてもらえるよう公民館等で運動指導を行ったり、地域支援を行っています。

【1月】 香椎東公民館・香住丘公民館・きのこ会館・志賀公民館



【2月】 箱崎公民館・香椎東公民館・香椎下原公民館・志賀公民館



● ニュースポーツ「ディスゲッター」のご紹介

9つの的に向かって柔らかいフリスビーやボールを投げて行的当てです。仮事務所(社領スポーツ広場)で団体の方に貸出しています。



ご希望の方はお気軽にお問い合わせください (TEL: 092-672-0301)

● East News

3月から地区体育館は個人利用の受付が変わります

令和7年4月利用分より、電話での予約が出来なくなり、WEBでの予約方法に変わります。

- ◆ 申込みされる際は「事前に利用者登録」をお願いいたします。
- ◆ 東体育館は6月から7月利用分の受付を開始します。

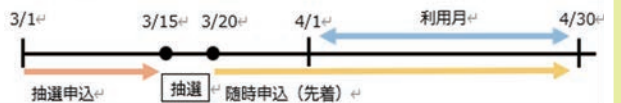
【ご利用までの流れ】

①利用者登録 (窓口またはオンラインにて受付中)

②利用予約 (利用月1カ月前から)

◆ 抽選申込 ... 利用月1カ月前の1日 0:00~14日 24:00

◆ 随時申込 ... 利用月1カ月前の20日 9:00~利用日前日 19:00まで



春の健康管理に大切なポイントをご紹介します!

3月は春の訪れを感じる季節で、健康管理にも重要な時期です。以下に健康に関するポイントをいくつかご紹介します。

◆ 季節の変わり目に注意「花粉症」

春は花粉症のシーズンです。アレルギーの予防や治療に注意しましょう。また、外出後は衣服や髪の毛の花粉を取り除くことが大切です。



◆ 運動習慣の見直し「屋外活動」

暖かくなってきたので散歩やジョギングなどの屋外活動を取り入れてみましょう。運動不足を解消し、心身の健康を促進できます。



リニューアルオープンまであと「122日」

