

にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業

問 新潟県県民生活・環境部スポーツ課企画係
 ☎ 025・280・5626

県では楽しみながら運動や健康づくりに取り組めるよう、運動などの健康づくりをアプリで「見える化」し、協力店舗で利用可能なポイントが付与するなど、運動習慣の定着や健康づくりの推進をめざした「にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業」を実施します。

アプリで貯まったポイントは県内の地域協力店が提供するサービスや特典と交換することができま

す。
事業開始 9月1日(水)
 ※詳しくは、新潟県ウェブサイト(「にいがたヘルス&スポーツマイレージ」で検索)をご覧ください



南魚スポーツパラダイス

公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係

ディスポート南魚沼

9月の休館日：6日(月)、13日(月)、27日(月)

〒949-6611 南魚沼市坂戸372 ディスポート南魚沼内 ディスポート☎773・6620 スポパラ☎773・3210

第4期 ベビーマッサージ教室

親子で肌のふれあいを通して絆を深めよう。生後すぐのタッチケアは発育を促進します。※講師が赤ちゃんに直接触れることはありません

期 9月30日、10月7日・21日・28日、11月4日の木曜日(全5回) 10:30~12:00

対 生後2か月~ハイハイ前の乳児と母親

定 5組(先着順)

費 会員新規：1,000円、
 会員再受講：3,000円、
 一般：4,500円

※材料費500円が別途必要

受付開始 9月2日(木) 9:00~



第4期 スポーツチャンバラ教室

空気の入った剣で戦います。親子での参加も大歓迎。

期 10月5日~26日、11月2日~9日の火曜日(全6回) 19:00~20:00

対 小学生以上

定 15人(先着順)

費 会員新規：無料、会員再受講：1,500円、
 一般：2,500円

受付開始 9月7日(火) 9:00~

共通事項

申 申込書を記入し、料金を添えてディスポート南魚沼にお申し込みください。(電話申し込み不可)

保険料 年会費や受講料に含まれます。

スラックライン講習会

ベルトの上でバランスをとるスポーツ「スラックライン」の講習会。まずはベルトの上で、片足で立つ練習から始めてみよう。

日 9月15日(水) 17:30~18:30

※雨天中止

対 5歳(年長)児以上

定 10人(先着順)

費 会員：無料、一般：200円

※施設利用料100円が別途必要(定期券可)

持ち物 運動着、運動靴、タオル、飲み物

トレーニングマシン使用法講習会

マシンウォーキングと油圧抵抗式マシンを使った全身運動をしてみませんか? だれでも簡単に利用できます。

日 9月26日(日) 12:00~13:30

対 中学生以上

定 6人(先着順)

費 会員：無料、一般：200円

※施設利用料300円が別途必要(定期券可)

持ち物 運動着、室内用シューズ、タオル、飲み物

共通事項

申 ディスポート南魚沼(電話申し込み可)