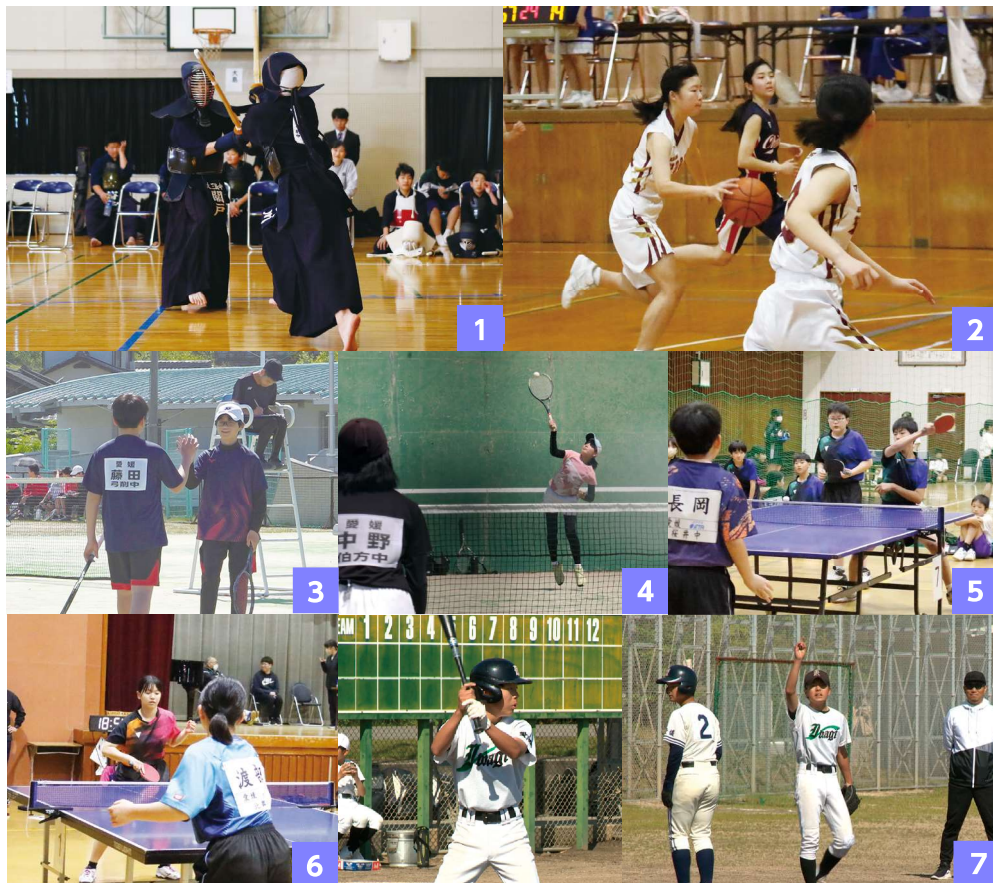




スポーツでつなぐ交流の輪

第19回 上島町中学校親善体育大会

4月29日(火) 祝、第19回目となる上島町中学校親善体育大会が町内各地で開催され、選手たちは日頃の練習の成果を十分に発揮し熱戦を繰り広げました。



試合結果

1 剣道団体

優勝 大島中学校
準優勝 北郷中学校

2 女子バスケットボール

優勝 弓削・伯方・玉川中合同
準優勝 桜井・立花中 合同

3 ソフトテニス男子

優勝 桜井中学校
準優勝 大島中学校

4 ソフトテニス女子

優勝 岩城中学校
準優勝 弓削中学校

5 卓球男子

優勝 北郷中学校
準優勝 桜井中学校

6 卓球女子

優勝 伯方中学校
準優勝 北郷中学校

7 軟式野球

優勝 今治西中学校
準優勝 西条北中学校

しおのゆ 潮湯だより 6月

潮湯は、海水の特性(浮力・抵抗・成分等)を利用した全身浴・部分浴・体操・歩行等の運動浴治療法が行える海水温浴施設です。定期的に健康講座を開催しています。潮湯に興味はあるけど、どんな風に体を動かせばよいかわからないという方にもおすすめです!海水の浮力で膝や腰の痛みを少なくし、軽やかに運動してみませんか。ぜひ、ご参加ください!



水中歩行講座

今月の
テーマ

梅雨時の運動に
水中歩行

10:30~11:15

4日(水) 11(水) 18日(水) 25日(水)

姿勢改善水中運動

10:30~11:15

20日(金)

姿勢の崩れは肩こりや腰痛・冷え性などの原因にもつながります。水の特性を活かして運動し、正しく美しい姿勢を目指しましょう。

インストラクター 西村すみれ



こんな悩みありませんか?

海水の浮力で重力から解放されて
身軽に運動を試してみましょう。

お医者さんから運動を進められてるけど、足も痛いし...



海水温浴施設 潮湯

☎74-0808

営業時間 10:00~19:00

※当施設をご利用の際は、
水着・水泳帽を着用してください。