

# 忠和公園だより

第46号 ~夏~  
発行日 R6.7.1



## 新しいお友達がやって来る！

昨年改修工事が進められていた水上トリムが、この夏装いも新たにオープンします。遊水路上にあったアスレチックは撤去され、水遊びを中心に楽しめるような広い水路スペースを確保しました。そして新たに水路サイドに3基の新しい遊具の誕生です。

長男のターザン渡り、次男のトンネルアドベンチャー、三男のハンガーウォールの三兄弟です。

天気の良い日は忠和公園で遊びましょう！新しい遊具が皆さんと一緒に遊びたいと♪ワクワク♪しながら待っています。是非一度遊びに来て下さい。

トンネルぬけたら大成功 ♪  
ちょっと急だからゆっくりネ



トンネルアドベンチャー



得意技はゆらゆらステップ!!  
落ちないように気を付けて！



ターザン渡り

とってもきれい!! だけど...  
どうやるの? だれか教えて?!



ハンガーウォール



もう一人隠れたお友達を紹介します。  
ポンプ小屋に背を向け、顔を赤らめながらひっそりとたずんでいます。その名はコークのオンちゃん? これからの季節は大活躍です。♪仲良くしすぎて使い過ぎにご注意下さい。



ご参加ください

## こども対象の講座（8月～10月）

講座名	対象	日程	コース	時間	定員	受講料
こどもマット教室	5・6歳	8/3.10.24（土）	1回	9:30～	各16名	300円
こども跳び箱教室	未就学児	9/7.21.28（土）	1回	10:30	各16名	300円
こども鉄棒教室		10/12.19.26（土）	1回		各16名	300円

3日間のうち都合のいい日を選んでね

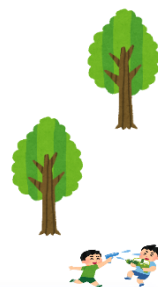


※ 講師の都合により11月10日（日）ハーブティー講座を11月9日（土）に変更いたします。詳しくは受付窓口、またはお電話でご確認ください。

各健康講座の受付開始日は、開催が近くなりましたらホームページ・市民広報・体育館ポスター・体育館利用案内にて、お知らせ致します♪

## 「かけっこ教室」 第2弾！！

今年も9月14日（土）に第2弾のかけっこ教室を開催いたします。まだ、走るコツがつかめない…、もう少し上手に走れるようになりたいなど、先生のアドバイスを受けながら走り方を勉強します。こちらの参加もお待ちしております。



## 水上トリムのトリム…ってどういう意味？

ここで、ちょっとした豆知識を紹介しますね。  
**トリムの元々の意味は、船のバランスが均等でない状態を、部分的な排水や注水により良好な状態に回復させる事を意味する/ルウエー語。**  
 転じて現代人における心身の**バランス回復を意味するトリム運動が、1960年後半に/ルウエースポーツ連盟として発足し、1970年前半に、旧西ドイツにおける会議で正式にトリム運動として閣議決定され、スポーツを通じて心身ともに健康で明るい生活を行う活動を行っている。**  
**我が国でも、1978年、厚生省により国民トリム健康作り計画が発足する。※諸説あります。**

たわいもない豆知識ですが、心の片隅にでも置いてもらい、楽しく有意義な時間をお過ごし下さい。



【企画・発行】

私たちは指定管理者として、忠和公園体育館をはじめ、スタルヒン球場や常磐公園などの管理運営を行っています。

●公益財団法人旭川市公園緑地協会●

住所：旭川市花咲町3丁目 花咲スポーツ公園内  
電話：0166（52）1934

●忠和公園体育館●

住所：旭川市神居町忠和333番地  
電話：0166（69）2345

URL：<http://www.asahikawa-park.or.jp>