

令和8年度きやまステップ運動教室参加者募集！

問 申 まちづくり課 文化・スポーツ係 ☎ 92-7935

毎年恒例のきやまスロージョギング®教室が、今年度新しく「きやまステップ運動教室」になりました！運動が苦手な方でも気軽に楽しく参加でき、無理なく続けることができます。毎週2回、町民会館諸室でステップ運動（うち4回はスロージョギング®）を行います。

※当教室は健康ポイント事業です。参加毎10ポイント付与！きのくにカードポイントに交換できます！（※40歳以上対象）

ステップ運動とは・・・

高さ（10 cm～20 cm）の台を使って、音楽などのリズムに合わせて行う昇降運動。

☆参加者と楽しくゲームをしながら行います♪

★効果★

有酸素運動、
筋肉トレーニング、
認知症予防が
期待されます！

▽日時 9月25日（金）～12月8日（火） 毎週火・金曜日
※祝日を除く 午後4時～5時 計20回
※スケジュールの詳細は基山町ホームページでご確認ください。

▽参加料 無料

▽対象者 小学生以上
（通院中の方は、主治医の許可を得たうえでご参加ください。）

▽定員 先着60名程度

▽指導 一般社団法人日本スロージョギング協会

▽申込方法 役場2階まちづくり課で申し込みいただくか、電話で申し込みください。
※電話で申し込みの場合は、「氏名・生年月日・住所・連絡先」をお伝えください。後日、日程表等を郵送いたします。



ホームページ

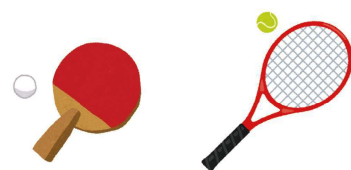


基山町スポーツ・レクリエーション祭～第36回クロスロードスポーツ・レクリエーション祭予選会～を開催します

問 申 まちづくり課 文化・スポーツ係 ☎ 92-7935

基山町スポーツ・レクリエーション祭予選会を下表のとおり開催します。

各種目の上位入賞者（チーム）は、11月8日（日）・15日（日）・22日（日）に開催される第36回クロスロードスポーツ・レクリエーション祭の出場権が得られます。



▽予選会

種目	日程	会場
ラージボール卓球	9月3日（木） 午後7時～	基山町総合体育館 アリーナ
室内パタンク		
スポンジテニス	9月4日（金） 午後7時～	基山総合公園 多目的グラウンド
モルック		

▽第36回クロスロードスポーツ・レクリエーション祭

種目	日程	会場
室内パタンク	11月8日（日）	小郡市体育館
ラージボール卓球	11月15日（日）	基山町総合体育館 アリーナ
モルック	11月15日（日）	鳥栖市民公園 第1運動広場
スポンジテニス	11月22日（日）	久留米市みづま 総合体育館

▽申込締切 8月14日（金）

※各競技会場につきましては、申込の際にお伝えいたします。※各種目の参加人数・構成等についてはお問い合わせください。



土地でお悩みの方・活用をお考えの方お気軽にご相談ください！！

佐賀県知事許可（般-28）第11698号

株式会社九州PFIクリエイイト

三養基郡みやき町大字白壁5101番地 TEL：0942-81-6510 URL：http://kpc-inv.co.jp



有料広告