

# Let's Sports

## 運動公園広報誌・冬号



ベビーマッサージ&産後ストレッチの様子



どんどんタイムラインを見て  
ださい。愛媛県総合運動公園  
での様々な活動の様子が載っ  
ています。



### 愛媛県総合運動公園

広報誌 2019 冬号

- ◎ 「ニュースポーツ体験フェスタ」案内
- ◎ 「スポーツ体験フェスタ」報告
- ◎ 「ベビーマッサージ&産後ストレッチ」報告
- ◎ 「森のようちえん みきゃんっ子」報告
- ◎ 愛媛県総合運動公園施設情報



LINE@  
はじめたけん!

愛媛県総合運動公園の  
イベント情報を配信します  
ID@wbm4006c



愛媛県総合運動公園

(公財) 愛媛県スポーツ振興事業団 愛媛県総合運動公園  
TEL:089-963-3211 FAX:089-963-4104



みんなで愛媛県総合運動公園にいこう！！

令和元年度

先着150名様

# ニュースポーツ 体験フェスタ

参加  
無料

日 2020 2/24 (月・振)  
時 10:00 ~ 12:30

場 愛媛県総合運動公園  
所 体育館・補助体育館  
(ニンジニアスタジアム横)

## イベントの日程

9:30 ~ 受付 10:00 ~ 開会行事・ラジオ体操・コーディネーショントレーニング  
10:30 ~ 12:30 ニュースポーツ体験(クラブ活動体験)・体力測定コーナー

## 総合型地域スポーツクラブ紹介コーナー

子どもから大人までどなたでも気軽にいろいろなスポーツ体験ができます！！

※当日、会場に運動のできる服装と、体育館用の上履きをご用意ください。

### 風船バレー (楽スポ 船木)



### ポッチャ (楽スポ GO やわたはま)



### フロアボール (~かるスポ~ 石井村)



### ティーボール (~かるスポ~ 石井村)



### カローリング (楽スポ 船木)



### グラウンド・ゴルフ (総合型しまなみスポーツクラブ)



### ボルダリング (うわじまアウトドアスポーツクラブ)



## お申し込み・お問い合わせ先

(公財)愛媛県スポーツ振興事業団 振興課  
(えひめ広域スポーツセンター)

〒791-1136 松山市上野町乙46 愛媛県総合運動公園内  
TEL: 089-963-2216 FAX: 089-963-4104  
メールアドレス: info@eco-spo.com

参加ご希望の方は、お名前、年齢、連絡先を  
こちらまで、電話、メールでご連絡ください。

〈申し込み期間〉1/14(火)~2/17(月)

主催 / (公財)愛媛県スポーツ振興事業団 (えひめ広域スポーツセンター)

共催 / 愛媛県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会 後援 / 愛媛県、愛媛県教育委員会、(公財)愛媛県スポーツ協会

## 第2回スポーツ教室体験フェスタを開催しました！



令和元年12月4日、スポーツ教室の無料体験フェスタを開催しました！

今回は午前中の時間帯（10：00～12：00）に、テニスやレクバレー、バドミントンなどの球技だけでなく、ピラティスやフラダンスなど、全部で7種目行いました。

初めての方もたくさんいらっしゃいましたが、講師の先生の話に熱心に聞いて、みなさん最後まで

頑張っていました！これを機会にスポーツに親しむことが習慣になってくれれば…と願っています！



たくさんのご参加ありがとうございました！







赤ちゃんとおふれあひタイム

## ベビーマッサージ&産後ストレッチ 毎月1回開催しています！

愛媛県総合運動公園の会議室で、毎月1回赤ちゃんとおふれあひタイム「ベビーマッサージ&産後ストレッチ」を開催しています。講師には、タッチケアハウスはぐみい笑顔が素敵でいつも元気いっぱいの小林先生と、和やかな優しい雰囲気素敵岸本さんに来ていただいています。



最初は、赤ちゃんにはちょっと待ってもらって、岸本さんによる産後ストレッチです。呼吸の方法も教えてもらいながら、出産によって聞きぎみの骨盤を整えてくれるストレッチをしました。

ストレッチの後は、小林さんによるベビーマッサージ！

ベビーマッサージをすることで、赤ちゃんの体の調子を整えるだけで

なく、ママとのスキンシップが赤ちゃんの心にも良い影響があるとのこと。最後に季節にちなんだおもちゃを作って遊んだり、歌を歌ったりして楽しく過ごしました。



12月は、半年に1回の「はいはいレース」。ママの場所を目指して一生懸命はいはいする赤ちゃんたち。ゴール目指して頑張りました！



最後は記念に写真撮影です。成長の過程の良い思い出になってくれればな～と思います。ご参加ありがとうございました！

毎月1回、愛媛県総合運動公園の会議室でベビーマッサージ&産後ストレッチ開催しています！生後2ヶ月～1歳くらいまでの赤ちゃん、そのご家族を対象にしていますので、赤ちゃんとおふれあひをしに、ママの息抜きやリフレッシュに、ぜひぜひお気軽にご参加ください。お待ちしております！

## 森のようちえん みきゃんっ子 開催しています！



今年は暖冬とは言われていますが、やはり冬は寒いですね。でも寒さなんてなんのその！寒くても森のようちえんに参加している子どもたちは、自然の中で元気に活動していますよ～！1月から砂場もリニューアルしました。→



森のようちえんでは、毎回火をおこし、薪でご飯を作っています。最近、オール電化の家庭も増えて火を見る機会が減ってきていますよね。そんな状況の中、火を實際に見



るだけでも火育になっているとNPO法人みんなだいすき松山冒険遊び場の山本さんは言います。とはいえ、火に近づくよう強要はしません。みんな自分のやりたいこと、興味のあることをするのが森のようちえんの方針です。でも寒くなってくると子どもも大人も火が恋しい・・・！暖かい火の近くに子ども達も自ら近づいてきて、葉っぱを入れたり小枝を入れたりして火の番のお手伝いをしてれています。←

お正月のこの日は、お餅を焼いて、お雑煮にいただきました。季節でとった出汁で作ったお雑煮はおいしかったと好評でした！→

焼き芋も定番メニューです。炭でじっくり焼くと甘くて美味しいです。



ご飯の後に保育士のみっちゃんやゆいちゃんに絵本を読んでもらうのもお楽しみの一つです。←

是非ご家族でご参加下さい！

日時：毎週火曜日 9時～13時30分  
場所：総合運動公園キャンプ場  
参加費：未就学児1人 800円+昼食代1人 300円  
対象：未就学児とその家族  
申し込み：総合運動公園 089-963-2216





# 愛媛FCレディース

## なでしこリーグ2部優勝!! 1部昇格!!

### 成績

リーグ	11勝3分4敗	勝点36	1位
リーグカップ Bグループ	3勝2分3敗	勝点11	3位



10月26日にサッカー女子のプレナスなでしこリーグ2部最終節が行われた。

最終戦となったオルカ鴨川とは1-1の引き分けであったが、リーグ初優勝と来季1部昇格を決めた。

## 愛媛FC2部リーグ残留決定!!

### 成績

リーグ	12勝6分24敗	勝点42	19位
-----	----------	------	-----

11月16日に愛媛FCホームゲーム最終戦が行われ、FC琉球に前半先制するも、1-2で敗戦。

24日に行われた最終節でも、横浜FCに0-2で完封負けであった。

この悔しさをバネに来季に期待したい!!





# 2020明治安田生命J2リーグ遂に開幕!!

2020明治安田生命J2リーグ ホーム開幕戦 第1節 2月23日 (日)



愛媛FC vs 松本山雅FC 戦がニンジニアスタジアムで開催されました!

今シーズン、ジュビロ磐田から森谷賢太郎の期限付き移籍が決定し、盛り上がりを見せています!!

今シーズンも引き続き【全進】をスローガンに掲げた愛媛FC、全力で戦い抜いてくれることを期待したい。

ぜひニンジニアスタジアムまで熱い声援を届けにきてください!

## 愛媛FCレディース始動!!



プレナスなでしこリーグ1部昇格をはたした愛媛FCレディース。初戦は日テレ・ベレーザ。アウェイでの初戦となります。初の1部リーグでの1勝を期待したい!

愛媛FCレディースのホーム戦は3月29日(日)、ニンジニアスタジアムで行われます。彼女たちの今後の活躍はきっと見ごたえあるものになるだろう。