

さんぽくスポーツ協会だより

運動で汗を流して健康に！

山北総合体育館では…

天気や花粉に左右されることなく運動ができる当体育館を、ぜひご利用ください！

市内利用料1回100円、高校生以下は無料

※1回の料金で2階走路・トレーニングルームが利用可能！

トレーニングルームは「ナイトエアロ」のため下記日時は利用できません。

ご了承ください。

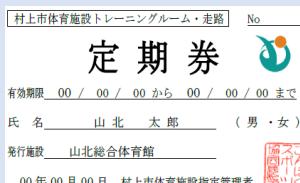
毎週金曜日 19時～20時

●正しい歩き方のポイント！

- ①肩の力を抜き背筋を伸ばして胸を張る
- ②アゴを軽く引き目線は真っすぐ遠くを見る
- ③足に合ったシューズを選ぶ

がんばり過ぎず、
自分のペースで続けよう！1日 8,000歩目指して
体育館を利用しましょう！

(見本)



お得に利用できる定期券・回数券もあります！



2階走路

1周約182mのコース。北は鼠ヶ関の弁天、西は日本海に浮かぶ粟島、東は日本国も見えます。日本海に沈む夕日がキレイ！

65歳以上の方は、簡単な手続きで走路のみ無料で利用できる

「歩こうむらかみプロジェクト」という制度がありますのでご活用ください。



※今年度65歳になる方もご利用できます

屋外施設では…

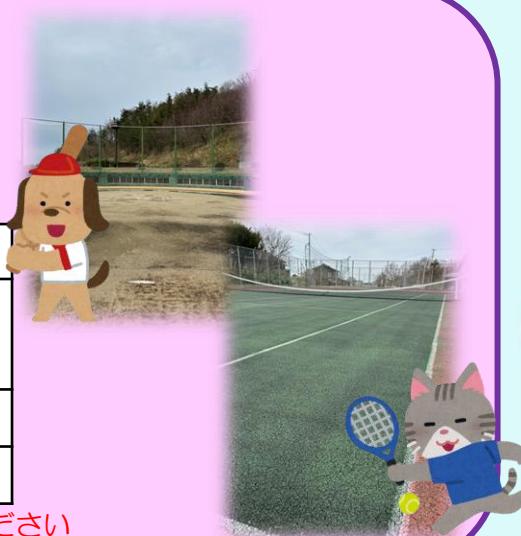
次の施設もぜひご利用ください。



料金等（市内）

施設名	1時間	備考
山北多目的グラウンド	半面 250円	別途照明料 ※照明設備は点検後、5月中旬利用再開予定
山北球場	500円	
山北テニスコート	1面 200円	

※いずれも事前に山北総合体育館窓口で手続きをしてからご利用ください



募集内容を変更しました！

スタッフ募集



募集要項

※ハローワークでも求人中！

- ① 仕事内容 健康運動指導および本協会運営業務など
(入社後、一定期間経験を積んでから指導資格取得を支援します)
- ② 募集人員 1名
- ③ 資格・経験
- ・パソコンでワード、エクセル、メールの基本的作業ができる
 - ・普通運転免許
- ④ 年齢 採用予定日現在 40歳未満の方
- ⑤ 採用予定日 随時
- ⑥ 給与 基本給(166,000円、年1回の昇給有) ※資格や実務経験に応じた加算有
+扶養手当+通勤手当+住居手当(借家等の場合)
十年2回の特別手当(賞与)
- ⑦ 休日 土曜日・日曜日(週休日変更あり)・祝祭日・年末年始6日
夏季休暇3日・年次有給休暇あり
- ⑧ 待遇 社会保険(健康保険、厚生年金)、雇用保険
労災保険、中小企業退職金共済

●採用試験●

- ① 選考方法 面接試験
- ・履歴書(写真貼付)
 - ・志願理由書(400字程度、様式等は任意)
- ② 提出書類 随時
- ③ 面接日



●勤務条件●

- ① 勤務地 村上市府屋177-1 山北総合体育館内
NPO法人さんぽくスポーツ協会
- ② 勤務時間 午前8時30分～午後5時30分(休憩1時間)

令和6年度 会員の募集中！

本協会の会員となっていただける方を大募集しています！

健康づくりに「運動」をとりいれましょう♪

【年会費】

区分	金額
高校生以下	1,000円
一般	2,000円

※事業や教室に参加する場合、年会費のほかに参加費が必要です

いよいよ今週末開催！

第36回 新潟県村上市
佐賀流れマラソン

3km ハーフ 10km

4月7日(日) 9:00~12:30

国道345号 車両通行止

区間：村上市浜新保(桑川橋)から
寒川(寒川大橋)の間

迂回路：国道7号

ご理解とご協力をお願いします

問い合わせ先



住 所：〒959-3907

村上市府屋177-1(山北総合体育館内)

T E L : 77-2828 F A X : 77-3996

M A I L : sanpoku.sports@purple.plala.or.jp

U R L : http://sanpoku-sports.com

ホームページ

