

今月の予定 令和5年6月行事予定表

区分	行事名	主催者	区分	行事名	主催者	
日	曜		日	曜		
1	木		16	金		
2	金		17	土	きんさいフットサルリーグ 2023 県立みよし公園	
3	土	全国選抜フットサル大会 中国予選	17	土	令和5年度広島県中学校 バスケボール選手権大会 備北地区予選	
4	日		18	日		広島県三次市中学校 体育連盟
5	月		19	月	「ガーデニング」教室 県立みよし公園	
6	火		20	火	PGともえ会月例会 PGともえ会	
7	水	休園日		21	水	休園日
8	木		22	木		
9	金		23	金	三次市バスケボール協会月例会 三次市バスケボール協会	
10	土	きんさいフットサルリーグ 2023 県立みよし公園	24	土	Fリーグ 2023-2024 グインペル白山 VS 広島I7・ドゥ 広島エフ・ドゥ	
		第20回備北地区中学校 バスケボール選手権大会 備北地区中学校 体育連盟			第35回広島県小学生 総合体育大会バスケボールの部 北部予選大会 広島県小学生バスケボール 連盟北部地区	
11	日	中国新聞杯第23回北部 ママさんバスケボール大会 北部ママさんバスケボール 連盟	25	日	アウトラック大会 県立みよし公園	
		アウトラック大会 県立みよし公園				
12	月		26	月		
13	火	第174回「杯」バスケボール大会 県立みよし公園	27	火		
14	水	休園日		28	水	休園日
15	木		29	木		
			30	金		

*行事案内は変更又は中止となる場合がございます

交通のご案内



《バス》
みよしじゅんかんバス「畠敷線」で
三次駅より20分（みよし公園下車）
備北交通バス（三次～庄原・西城行）
「上四拾貫」バス停から徒歩5分（約500m）
《タクシー》
「三次駅」から5.5km（約10分）
《車》
尾道松江自動車道三次東I.Cから約3分

お申込み・お問合せ先

〒728-0016 三次市四拾貫町神田谷
電光石火みよしパーク
指定管理者 みよし よくばりパークパートナーズ
TEL (0824)66-3366 FAX (0824) 66-3370
https://shisetsu.mizuno.jp/m-
開館時間・・・9時～21時 受付・・・9時～20時
休園日・・・毎週水曜日（水曜日が祝日の場合はその翌日）

電光石火みよしパーク
ホームページもチェックしてね！

電光石火みよしパーク
LINE@

電光石火みよしパーク
Instagram

広島県立みよし公園

2023年 6月

★公園だより★



MIZUNO SPORTS SCHOOL

6/2 (金)
スタート!
無料体験会

ラララフィット
LaLaLaFit
足腰元気トレーニング教室

「できる」
「楽しむ」
「つづく」

運動が苦手な方も
簡単に始められます!

膝・腰・歩行・バランスの
4つのテーマに分けて実施!

脳と体両方をしっかりと鍛えて年齢に負けない健康づくりを目指す

LaLaLa Fitとは?

「LaLaLa Fit」は自分の体重を使って筋肉や関節などを動かすことに関係する部分全てを鍛える運動プログラム。ミズノの機能性ツールを使うことでバランス感覚を鍛え、普段使っていない筋肉の活性化をめざします。しっかりと運動をされたい方におススメです。トレーナーのフォローのもと、3つの要素を個人のレベルに応じて行うため、自分のペースで脳と体を鍛えることができます。



※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたします。教室中に写真撮影を行う場合がございます。ご了承ください。

♪ 受講生募集中! ♪

- 場所 ■ 電光石火みよしパーク 文化活動室
- 日時 ■ 金曜日 10:30～11:30
- 受講料 ■ 月謝：3,200円
1回：900円
- 対象 ■ 概ね60歳以上の方
- 定員 ■ 10名程度
- 持ち物 ■ 動きやすい服装・タオル
室内用シューズ・飲み物