



防府スポーツタウン通信

2026年

発行 ダイキヨーニシカワスクエア

☎0835(27)2000

1月号



ダイキヨーニシカワ スクエア
施設長 中岡克彦



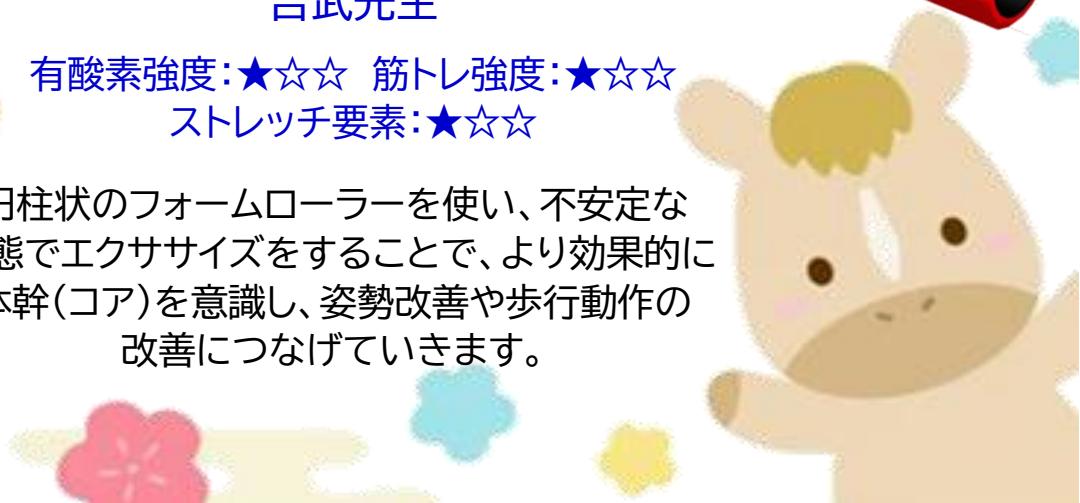
肩こり解消 & ローラーピラティス

①月 10:00~11:00(60分)
吉武先生



有酸素強度:★☆☆ 筋トレ強度:★☆☆
ストレッチ要素:★☆☆

円柱状のフォームローラーを使い、不安定な
状態でエクササイズをすることで、より効果的に
体幹(コア)を意識し、姿勢改善や歩行動作の
改善につなげていきます。



【1月の主な行事予定】

2025年12月14日時点

都合により予定が変更されることもありますので、詳細については各大会主催者にお問合せください。

- 1日（木）休館日
2日（金）休館日
3日（土）休館日
4日（日）全国私立中学校U-14サッカー大会in山口（芝）
5日（月）全国私立中学校U-14サッカー大会in山口（芝）
6日（火）全国私立中学校U-14サッカー大会in山口（芝）
県新人サッカー大会中国予選（運）
10日（土）ほうふ新春ダブルス大会（一般男子・女子）（テ）
11日（日）第25回防府市柔道協会鏡開き式（武） 市内一周駅伝（陸・芝）
ほうふ新春ダブルス大会（年齢別男子・女子）（テ）
12日（月）令和8年度防府市剣道連盟稽古初め（武）
18日（日）ジュニア・社会人サッカー大会（芝）
20日（火）休館日 ※向島テニスコート・多目的広場を除く
24日（土）令和7年度防府市剣道連盟少年部錬成大会（武）
25日（日）スポ少駅伝大会（陸・芝）
ジュニア～シニア社会人大会（芝）
30日（金）第18回県高校サッカー新人大会中国予選（運・芝）
31日（土）第18回県高校サッカー新人大会中国予選（運・芝）



**体育館(メインアリーナ・サブアリーナ)は照明LED工事の為
令和8年1月30(金)まで利用が出来ません。(ランニングコースも含む)
※軽運動室・会議室・控室はご利用いただけます。**

(体) 体育館（武）武道館（弓）弓道場（芝）人工芝多目的グラウンド（陸）陸上競技場（野）野球場（運）運動広場（多）向島運動公園多目的広場（テ）向島運動公園テニスコート



ダイキヨーニシカワスクエア体育館メインアリーナ ランニングコース使用不可時間のお知らせ
下記の日時は、メインアリーナLED工事のためご利用出来ません。変更されることもありますので総合受付にてご確認ください。

1/4（日）～1/30（金） 終日利用できません

※31日（土）はご利用いただけます。

（2025年12月14日時点）

防府市スポーツセンターのホームページでは、

各施設の予約・利用状況を「ひろしま・やまぐち公共施設予約サービス」よりご確認いただけます！

（※尚、当システムからの予約・申請の詳細についてはお問い合わせください）

但し、申請多数及び当日申請の場合は、タイムリーに掲載致しかねますので予めご了承ください。

ご利用当日の申請やお急ぎの場合はお電話にてお問合せください。

その他、各利用料金やイベント・運動教室についても掲載しておりますので是非ご利用ください。

