



# シーサイド通信



田尻町多目的グラウンド及び田尻町営プール



・スポーツをみる ・スポーツをする ・スポーツを支える

## 新年あけましておめでとうございます

新しい年が始まりました。  
昨年は何かと我慢の年でしたが今年は元気に明るく楽しい  
一年になりますように



皆様が気持ちよく利用していただけるように  
スタッフ一同頑張ったて参ります。



今年もよろしくお願いいたします。



## 今月の豆知識紹介



冬といえば「こたつ」の季節！  
こたつに入り、ウトウトする瞬間が気持ち良いですね。  
それでも、昔から「こたつで寝ると、  
風邪をひきやすくなる」と言われています。



◇下半身は温かく上半身は寒く大きな差があることで、  
自律神経が乱れ、体温調節機能が狂って免疫が  
低下してしまいます。

眠気を感じたら布団で寝るようにしましょう。  
もしも、こたつ寝てしまった時には水分補給を  
心がけましょう。



また、こたつといえば猫も大好きですが、  
犬や猫なども、人間と同じような症状を引き起こすことが  
あるので、ご注意ください。



## 新コーチ紹介



たけうちむさし  
竹内武蔵です。  
よろしく  
お願いします！

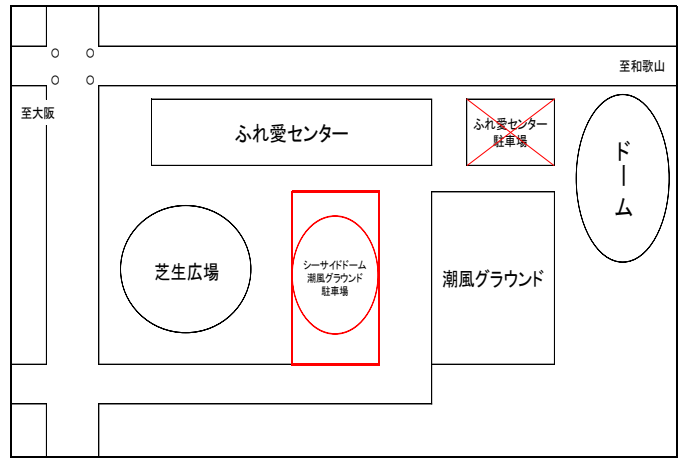
## ストリング 随時受付中

ドームでガット張替えが  
出来ちゃいます😊  
グリップテープ、振動止  
めも置いてます



# 駐車場ご利用のお客様へ

シーサイドドーム・潮風グラウンドの駐車場は潮風グラウンド(野球場)横の駐車場です。ふれ愛センター(ドーム横)の駐車場には駐車しないで下さい。ふれ愛センター利用者様が車を止められず困ることがあります。ご協力お願い致します。



大好評



## テニススクール(一般)練習会

日時・令和3年1月31(日)9:15~13:00

対象・テニススクール会員様及びご友人

担当・宮嶋コー子

参加者全員にレッスン1回無料チケットプレゼント

令和3年1月は無料体験実施中!!  
ご兄弟、お友達の参加大歓迎!

令和3年2月より施設利用料金の変更をさせていただきます。利用者の皆様には大変ご迷惑をお掛け致しますが、何卒ご理解下さいます様、お願い申し上げます。

◎施設等使用料

施設等名	種別	単位	使用時間	使用料		超過		使用料	
屋内グラウンド	コート	1面	1時間	町内	1,000円	1時間	町内	1,000円	
			1時間	町外	1,500円	1時間	町外	1,500円	
屋外グラウンド	グラウンド	全面	2時間	町内	2,000円	1時間	町内	1,000円	
			2時間	町外	3,000円	1時間	町外	1,500円	
	照明	半灯	1時間	2,000円					

## Facebook・H,P紹介

屋内コート・潮風グラウンドの空き状況、各教室カレンダーやイベント情報を毎日お知らせしています。シーサイドドームのスタッフが愛を込めて更新していますので、ぜひ、チェックしてください! できれば「いいね」も。笑



●website

<http://sports-tajiri.jp/>

●Facebook

<https://www.facebook.com/sportstajiri>

田尻 シーサイドドーム

