

志段味 **たより**

今月のPICK UPイベント 情報

夏休み短期教室

サッカー

令和7年8月5日(火)～8日(金)

10:00～11:30 (4日間)

対象:小学1～6年

定員:25名

参加費:4,400円(税込)

申込:6月24日(火)10時～

※先着順



野球

令和7年7月29日(火)～8月1日(金)

10:00～11:30 (4日間)

令和7年8月26日(火)～29日(金)

10:00～11:30 (4日間)

対象:小学1年～6年

定員:25名

参加費:4,400円(税込)

申込:6月24日(火)窓口17時～ 電話17時30分～

※先着順



鉄棒



令和7年7月29日(火)・8月5日(火)・19日(火)・26日(火)

子ども逆上がり教室 9:15～10:15 (4日間)

対象:年長～小学2年

参加費:4,400円(税込)

親子で逆上がり教室 10:45～11:45 (4日間)

対象:年長～小学2年生とその保護者

参加費:4,400円(税込)

申込:6月24日(火) 窓口:10時～ 電話:11時～

※先着順



Balletone.

令和7年7月1日・8日・15日・8月5日・12日・19日・26日

19:45～20:45

対象:中学生以上

定員:10名(各日)※当日先着順

参加費:880円/回(税込)※1回参加型

申込:当日開催時間45分前よりお電話または窓口※先着順



志段味スポーツランド

大会・行事予定

カレンダー

日	曜日	大会・行事			日	曜日	大会・行事		
		競技場	庭球場	教室・イベント			競技場	庭球場	教室・イベント
1	火			ボディメイクヨガ 13:00～14:00 基礎野球16:30～17:30(予備日)	16	水			Tryボクシング 9:30～10:30 ボディメイクピラティス10:40～11:40
2	水			Tryボクシング 9:30～10:30 ボディメイクピラティス10:40～11:40	17	木			ZUMBA® I 9:30～10:15(予備日) エアロビクス I 10:30～11:30(予備日)
3	木			ZUMBA® I 9:30～10:15 エアロビクス I 10:30～11:30 仕事帰りヨガ 19:40～20:40	18	金			太極拳 I 10:00～11:30(予備日) わんぱくキッズ体操 I 16:00～17:00(予備日)
4	金			太極拳 I 10:00～11:30 わんぱくキッズ体操 I 16:00～17:00	19	土		2025年度愛知県中学生テニス選手権大会 夏季団体戦	わんぱくジュニア体操 I 10:00～11:30
5	土	令和7年度第14回愛知県ヤングバレーボール大会	2025年度愛知県中学生テニス選手権大会(団体の部)	わんぱくジュニア体操 I 10:00～11:30	20	日	2025年全国9人制バレーボール東ブロック男女優勝大会 愛知県予選会	2025年度愛知県中学生テニス選手権大会 夏季団体戦	
6	日	令和7年度第14回愛知県ヤングバレーボール大会	2025年度愛知県中学生テニス選手権大会(団体の部)		21	月			
7	月	休館日			22	火	令和7年度愛知県高等学校バレーボール選手権大会		
8	火			ボディメイクヨガ 13:00～14:00 基礎野球16:30～17:30(予備日)	23	水	守山区女性レクリエーションバレーボール 市民スポーツ祭 練習兼審判講習会	令和7年度名古屋南地区高等学校テニス選手権大会 (ダブルス)	
9	水	守山区女性レクリエーションバレーボール 市民スポーツ祭 練習兼審判講習会			24	木		令和7年度名古屋南地区高等学校テニス選手権大会 (ダブルス)	ZUMBA® I 9:30～10:15(予備日) エアロビクス I 10:30～11:30(予備日)
10	木			ZUMBA® I 9:30～10:15 エアロビクス I 10:30～11:30 仕事帰りヨガ 19:40～20:40	25	金	令和7年度愛知県高等学校バレーボール選手権大会 名北支部予選	第38回2025年愛知県ジュニア新人テニス大会	
11	金			太極拳 I 10:00～11:30 わんぱくキッズ体操 I 16:00～17:00	26	土		第38回2025年愛知県ジュニア新人テニス大会	わんぱくジュニア体操 I 10:00～11:30
12	土		2025年度愛知県中学生テニス選手権大会 夏季団体戦	わんぱくジュニア体操 I 10:00～11:30	27	日		第38回2025年愛知県ジュニア新人テニス大会	
13	日		2025年度愛知県中学生テニス選手権大会 夏季団体戦		28	月	休館日		
14	月	休館日			29	火			ボディメイクヨガ 13:00～14:00
15	火			ボディメイクヨガ 13:00～14:00	30	水			Tryボクシング 9:30～10:30 ボディメイクピラティス10:40～11:40
					31	木			

○大会・行事につきましては、主催者都合、施設都合等により中止となる場合がございます。

○大会・行事により、駐車場が混雑する場合がございます。あらかじめご了承くださいませよう、お願い申し上げます。

○大会・行事予定は、20日時点のものとなります。

喫煙と糖尿病との関係

喫煙者は禁煙をおすすめします。喫煙は交感神経系を刺激して血糖値を上昇させるだけでなく、体内の**インスリンの働きに支障きたします**。その結果、糖尿病にかかりやすくなります。喫煙者は非喫煙者よりも2型糖尿病を発症する可能性が**1.4倍**高くなります。また、**糖尿病の喫煙者**が喫煙を続けると、治療に支障をきたし、**脳梗塞や心筋梗塞、糖尿病性腎症**などの合併症のリスクが高まると言われています。喫煙は、糖尿病患者の治療にも悪影響を及ぼします。糖尿病治療の障害として、インスリン治療を受けている糖尿病患者は、非喫煙者よりも喫煙時により多くのインスリンを必要とします。非喫煙糖尿病患者は平均15～20%が必要ですが、ヘビースモーカーは約30%必要です。

参考：厚生労働省「e-ヘルスネット：喫煙と糖尿病」2025年6月15日取得、<https://kenet.mhlw.go.jp/information/information/tobacco/t-03-004.html>

7月健康 コラム

