

2/3~4





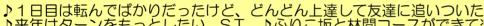






このスキーの経験が、この子どもたちの成長の糧になってくれることを願ってやみません。

参加した小学生から感想を頂いたのでここに紹介します。



♪ 1日目は転んでばかりだったけど、どんどん上達して友達に追いついたO.Y
▶ 来年はターンをもっとしたい。S.T ♪ふりこ坂と林間コースができて楽しかった。K.R
▶ 楽しかった。来年もやりたい。K.S ♪ 去年より上達していた。来年も参加したい。S.H
♪ いろいろな技がわかりました。T.H ♪ おねえさんにやさしくしてもらってうれしかった。S.T
♪ スピードで走って転んだりしたけど、とても楽しかった。K.Y
♪ 次はもっと上達してパ /ラマ第4リントに乗って上から滑ってみたい。K.K
♪ 練習したら上手に滑れるようになった。お泊まりも楽しかった。S.A
♪ スピードで走って転んだりしたけど、とても楽しかった。K.Y
♪ 前回と同じように、めちゃくちゃ楽しくスキーができました。S.K
♪ ふりこのコースを滑りきった。来年は中学生だから来られるかわからないけど、参加したい。O.R
♪ 団体行動の大切さを感じ、これからの生活に生かしていきたい。N.H
♪ ていねいな指導のおかげで中級コースは滑れた。上級コースにチャレンジしたい。W.H

日本の伝統文化を体験





臼と杵でついたお もちの美味しさを 子供たちに知って ほしい・・と始 まった恒例のイベ ントも6回目。お 雑煮とおしるこで 食べたおもちはど うだったかな?



坂戸市体育協会来場 視察受け

1月27日(土)、坂戸市より 32名の方が視察にみえました。 2時間くらいの意見交換会でし たが、設立に向けた活動や設立 後の運営等の参考になれば幸い です。



協賛企業

いろいろな場面でご協力いただいています



椎名観光バス 株式会社





NPO法人 滑川ファミリースポーツクラブ

2018.3.5 No.58

〒317-0051 日立市滑川本町1-21-1 日立市滑川交流センター内

NPO法人滑川ファミリースポ゚ーツクラフ、広報部会 TEL&FAX _050-8012-4788





ファミリーまつりでお借りした玉入れの玉の糸がほずれていたことを話したら、我がクラブの健康体操 教室 楽らくコースとわくわくコースのみなさんが「作りましょう」と、ひと針ひと針思いを込めて 作製してくれました。

大雪だった1月22日に滑川小学校代表の5年生児童2名に寄贈してきました。 今回作製した玉入れの玉は、白と赤の玉に、滑川のマスコット「ホタル」のスタンプが目印。 今度の運動会で、みなさんに元気に使っていただけたらうれしいです。

【目次】

■ P.1 玉入れの玉 贈呈 ■ P.2~3 平成30年度教室案内および教室会員新規募集

1/4

■ P.4 もちつき大会&視察受け&スキー教室報告

平成30年度数查案内 あよび 数查金貝斯规赛集

●入会の申込み方法 クラブ事務局に電話で申し込みください。 滑川地区以外の方でも申し込みできます! ★申し込み受付は、3/5(月)から

受付時間(平日13:00~17:00) ☎050(8012)4788

1. 継続会員の入会希望者を優先しています。ご了承ください。

2. 教室会員になるには、クラブ会員の登録が必要です。 会員登録は一年毎になり、前年度から継続される方も更新の手続きを お願いします。高校生以上2、000円 中学生以下1,000円

各象位(1)

②活動日時

③活動場所

(4)会費

⑤指導者&資格

⑥新規募集人数

かがやき健康体操

楽らく

ステップ台・チューブ 小ボールを使い、様々 な運動を行います

- ①成人男女
- ②余曜13:30~14:30
- ③滑川市民体育館
- ④2,500円/月
- (5)Yoshie
- (健康運動指導士)
- ⑥若干名

わくわく

無理なく気軽にできる エアロビクスです

- ①成人男女
- ②金曜14:45~15:45
- ③滑川市民体育館
- (4)2,500円/月
- ⑤ 増子 千代美 (エアロヒ゛クスインストラクター)
- ⑥若干名

パランスボール

体のゆがみを整え、インナー マッスルを鍛え、脂肪燃焼や 腰痛の軽減にも役立ちます

- ①成人男女
- ②月曜19:00~20:00
- ③滑川交流センター交流室
- ④2,500円/月
- ⑤Yoshie (健康運動指導十)
- 6 若干名

ピラティス

体幹を中心にからだ全 体を鍛えることで、正 しい姿勢に整えます

- ①成人女性
- ②月曜 9:45~10:45
- 月曜 11:00~12:002
- ③滑川交流センター交流室
- ④2,500円/月
- ⑤ 増子 千代美 (PFAL°ラティスヘ゛ーシックインストラクター)
- (6) 1) 締切り 25名

バランスボール9回コース

- ①成人男女
- ②3ヶ月で9回 木曜13:30~14:30 4月からの予定
- 4/5、12、19、26 5/10、17、24、31
- 6/14 ③滑川交流センター大会議室
- 4)500円/回
- ⑤Yoshie(健康運動指導十)
- ⑥若干名
- *会員以外の方は別途、 保険料が500円かかります。

女子力UP講座

ホルモンバランスの乱れや女 性特有の不調等には呼吸を整 えて軽い運動が効果的です。 いつまでもイキイキと若さを 保ちましょう!

- ①成人女性
- ②5、7、9、11、1、3月の土曜 9:30~10:45 月2回
- ③滑川交流センター交流室
- (4)1,000円/2回

2/4

- ⑤Yoshie (健康運動指導十)
- 6)5名

BODYコンディショニング 男性の方、大歓迎!

- ①どなたでも(子どもでも可)
- ②月2回
- 3月の予定 3/4(⊟)9:15~10:15
- 3/17(土)16:00~17:00
- ③4日は滑川交流センター大会議室 17日は滑川交流センター交流室
- (4)500円/回
- ⑤Yoshie(健康運動指導十)
- (6)10名

親子体操

⑤小田倉 洋子 (保健体育教員免許) 富田 千恵子 (保育士・幼稚園教諭)

フープ、ボール遊び、 なわとび、とび箱、 鉄棒、マット運動等を 行っています。9月と3月 には運動会もあります。

- ①2歳半~4歳児と その保護者
- ②月曜10:00~11:30
- ③滑川市民体育館
- (4)2,500円/月3回程度
- ⑥10組

すてっぷ

- ①5、6歳児とその保護者
- ②木曜15:00~16:30
- ③滑川市民体育館
- 42,500円/月3回程度
- ⑥10組

硬式テニス

⑤北條 四郎(日本プロテニス協会認定プロフェッショナル 日本体育協会認定上級マスターテニス教師

スポンジ

①小学生中•高学年(初心者)

初級

④3,500円/月

⑥若干名

①成人男女

④4,000円/月

⑥若干名

②水曜9:30~11:00

メルトン

- ①幼稚園牛~小学校低学年 ②水曜16:15~17:15
- ③滑川市民体育館2階 卓球室
- ④3,000円/月
- ⑤北條コーチ推薦者
- 6)5名

Jr1

- ①小学校高学年
- ②月曜17:00~18:00 ④3.500円/月
- ⑥若干名

*ジュニアコースの 対象者はあくまで 目安です。

*その他

月曜日 Jr3(中学生)

水曜日 初中級(成人男女) Jr1(小学校中•高学年)

選手育成(コーチ推薦者)

金曜日 初級(成人男女) Jr1(小学校中·高学年)

土曜日 Jr1(小学校中•高学年) Jr2(小学校高学年) 選手(1)(2)(コーチ推薦)

以上のコースは、定員に達しているため募集はしていません。

複合スポーツ

- ① 小学1~4年生
- 陸上・水泳など ②水曜17:00~18:30 月毎に種目が ③滑川小学校体育館 変わります ④2,500円/月
- ⑤永盛 常雄(サッカーコーチ) 小田倉 洋子(保健体育教員免許) その他外部指導員(日立市体育指導員) ⑥締切り

小学生

- ①小学6年生
- ②木曜17:00~18:30 ③滑川小学校体育館 ④2,500円/月
- ⑤小田倉 洋子 (インターハイ出場) 6)8名

中学牛

- ①中学生
- ②月曜18:00~19:30
- ③日高テニスコート (4)3,000円/月
- ⑤青木 正
- (県シニアソフトテニス連盟理事長) 石井 啓子
- (県レディースソフトテニス連盟会長) ⑥若干名

- ①小学2~6年牛中学牛
- ②月曜16:30~18:00
- ③滑川市民体育館2階卓球室
- ④2,500円/月 ⑤成田 清治
- (第17回岡山国体3位(高校の部)) 肥塚 茂行・綿引 邦彦 (ねんりんピック・全国マスターズ出場)
- ⑥若干名

バドミントン

③滑川市民体育館 4)2,500円/月

⑤ 鈴木 三枝子

(日本体育協会 公認バドミントンコーチ2級)

おとな

①成人男女

②月曜14:30~16:00 6)5名

①小学2年生以上 (親の参加も可。年会費のみ かかります。)

②月曜16:30~18:00

⑥若干名

3/4