



元気な笑顔  
たらぎの力

# あいあいスポーツクラブたらぎ通信 Vol.7 10月号

「秋の日はつるべ落とし」と言いますように、日暮れが早くなり、朝夕の寒さも増してきました。皆様、お体の調子はいかがでしょう？ さて、今月は、各小学校の運動会、中学校の陸上大会、多良木町内の体育祭等盛り沢山のスポーツが行われました。

11月7日（月）には、当クラブで「体力テスト」を実施します。この機会に自分のカラダ年齢を測定してみませんか？申し込みは、当クラブ事務局まで（42-1267）

## ☆全日本インカレ招待リレー大会（KKWING：熊本市）☆



### 陸上教室

◎9月10日（土）  
「全日本インカレ招待リレー大会」に参加しました。

・4×100m、  
タイム57.77秒

1組で1位、  
決勝で5位（タイムレース）でした。

最初は、緊張したけれど、みんな頑張って走りました。

前回走った時よりもタイムが縮まり嬉しかったです。

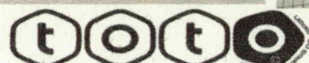
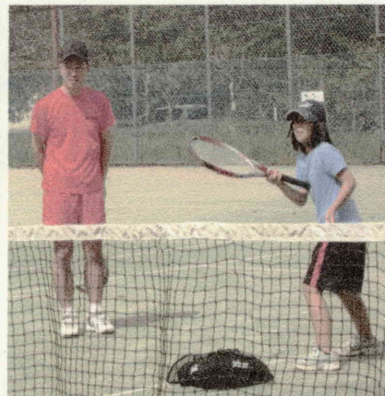


◎テニスは向上心を奮い立たせます。  
また、楽しめる要素が沢山あります。  
環境は整っています。ぜひ、参加ください。  
待っています。



### テニス教室

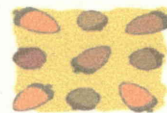
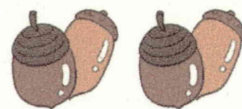
基本から教えてもらい楽しいです。



スポーツ振興くじ助成事業

※裏面に11月の日程

# 来月(11月)の種目別日程



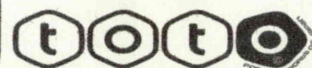
| 種 目                  | 場 所            | 指導者      | 開催日                   | 日にち                 |
|----------------------|----------------|----------|-----------------------|---------------------|
| 太極拳                  | 町民体育館          | 福屋 ヤス子先生 | 第2・4 金曜日<br>午前9時30分から | 11, 25              |
| 3B体操と<br>レクリエーションダンス | 武道館            | 川口 伸子先生  | 毎週 水曜日<br>午後1時30分から   | 2, 9, 16, 30        |
| シルバーエアロビクス           | 交流館石倉          | 田崎 一美先生  | 第2・4 火曜日<br>午前9時30分から | 8, 22               |
| キッズエアロビクス            |                |          |                       | お休み                 |
| バドミントン               | 町民体育館          | 西 達彦先生   | 毎週 火曜日<br>午後7時30分から   | 1, 8, 15, 22,<br>29 |
|                      | 宮ヶ野小学校体育館      |          | 毎週 土曜日<br>午後7時00から    | 5, 12, 19, 26,      |
| 卓球                   | 町民体育館          | 西 辰郎先生   | 毎週 水曜日<br>午後7時30分から   | 2, 9, 16, 23,<br>30 |
| ダンス                  | 交流館石倉          | 山本 矩子先生  | 毎週 木曜日<br>午前10時から     | 10, 17, 24,         |
| ニチレクと<br>ニュースポーツ     | 町民体育館          | 尾方 誠也先生  | 第2・4 木曜日<br>午後7時00分から | 10, 24              |
| フットサル                |                |          |                       | お休み                 |
| ウォーキング               | 多目的総合グラウンド     | 村山 直先生   | 第3 土曜日<br>午前10時から     | 19(総合グラウンド)         |
| 陸上                   | 多目的総合グラウンド     | 湯上 深先生   | 毎週 金曜日<br>午後6時30分から   | 4, 11, 18, 25       |
| ミニバスケット              | 黒肥地小学校体育館      | 那須 英文先生  | 毎週 木曜日<br>午後7時から      | 17, 24              |
|                      | 町民体育館          |          |                       |                     |
| テニス                  | 八日原 テニスコート     | 竹中 忍先生   | 毎週 日曜日<br>午前10時から     | 6, 13, 20, 27,      |
| フラワーアレンジメント          | 研修センター<br>中会議室 | 坂田 陽子先生  | 第2 火曜日<br>午後8時から      | 8                   |
|                      |                |          | 第3 水曜日<br>午前9時30分から   | 16                  |
| ゴルフ                  | 球磨ゴルフセンター      | 彌永 磨先生   | 毎週 土曜日<br>午後2時から      | 5, 12, 19, 26,      |
| 山野草                  | 多良木幼稚園         | 竹下 保正先生  | 第4 日曜日<br>午前9時から      | 27                  |
| 野外活動                 | 多良木町役場集合       | 斉藤 哲男先生  | 第1 日曜日<br>午前8時から      | 6(菊池溪谷)             |

※各自で水分の準備をして下さい。

※町民体育館で行われる教室につきましては、**体育館シューズ**をお持ち下さい。

## ☆新 体力テスト☆

○11月7日(月) PM6:30～ 場所: 多良木町町民体育館  
「自分のカラダ年齢を測定してみませんか？」



スポーツ振興くじ助成事業