



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.12 3月号

早春の候、一雨ごとに春の気配を感じます。皆様、お体の調子はいかがでしょう？  
当クラブの活動目的は、子どもからご年輩の方までスポーツ・文化に親しむことができる生涯スポーツ・生涯学習社会を目指して、スポーツ環境をつくり、地域コミュニティーの場を提供し、健康・体力の保持増進に努めることを目的としています。どうぞ、この機会に“あいあいスポーツクラブたらぎ”に入会してみませんか。

## ☆お知らせ☆☆☆クラブ事務局の場所が移動します。

◎当クラブが設立して、5年が経ちました。クラブの事務局を多良木町教育委員会内において、会員様や地域の皆様にご協力を得ながら活動を行ってきました。

4月1日より多良木町民体育館、多良木町武道館、多目的総合グラウンド（陸上競技場、野球場）の施設を当クラブが管理運営することになり、事務局を多良木町民体育館内へと移動します。施設利用の受付（申込み、支払い、鍵の貸し借り、体育館にある備品の貸し出し等）やクラブの件についての問い合わせ（申込み）を対応します。平成25年度もよろしくお願いします。



## ☆スポーツコンディショニング教室☆

「ウォーキングコンディショニング」教室の種目名が、平成25年度より「スポーツコンディショニング」に変更します。

開催日：第2木曜日 午後7時30分から9時まで

場 所：多良木町武道館

内 容：身体の機能的な動かし方や機能を向上させるコンディショニングトレーニングを提供します。腰痛、股関節痛、膝痛、肩こりなど筋肉や関節に違和感がある方にも、効果的なエクササイズを実施していきます。



## ☆あいあいスポーツクラブたらぎ会員募集中

- ◇あなたも「あいあいスポーツクラブたらぎ」に入会して、スポーツの楽しさを味わいませんか？
- ◇健康づくりに、ふれあいの場に足を運んでみませんか？
- ◇各種目基礎から教えていただけますので、初心者の方も大歓迎です。
- ◇当クラブの活動は、3月までで4月の活動より更新手続きが必要です。
- ◇連絡先 あいあいスポーツクラブたらぎ事務局  
(4月1日より多良木町民体育館 TEL42-4040)  
(3月まで教育委員会内 竹下・淵田 TEL 42-1267)





# 来月(4月)の種目別日程



| 種 目                  | 場 所            | 指導者      | 開催日                   | 日にち           |
|----------------------|----------------|----------|-----------------------|---------------|
| 太極拳                  | 武道館            | 福屋 ヤス子先生 | 第2・4 金曜日<br>午前9時30分から | 12, 26        |
| 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   | 10, 17, 24    |
| シルバードンス              | 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 | 9, 23         |
| キッズダンス               | 交流館石倉          |          | 第2・4 土曜日<br>午前10時から   | 13, 27        |
| 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   | 9, 16, 23, 30 |
| 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   | 10, 17, 24    |
| 社交ダンス                | 交流館石倉          | 山本 矩子先生  | 毎週 木曜日<br>午前9時30分から   | 11, 18, 25    |
| ニチレクと<br>ニュースポーツ     | 町民体育館          | 黒木 峰幸先生  | 不定期                   | 出前講座致します。     |
| スポーツ<br>コンディショニング    | 武道館            | 村山 直先生   | 第2 木曜日<br>午後7時30分から   | 11            |
| 陸上                   | 多目的総合グラウンド     | 湯上 深先生   | 毎週 火曜日<br>午後6時30分から   | 9, 16, 23, 30 |
| 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      | 18, 25        |
| テニス(硬式)              | 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     | 7, 14, 21, 28 |
| 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      | 9             |
|                      |                |          | 第4 水曜日<br>午前9時30分から   | 24            |
| 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      | 13, 20, 27    |
| ソフトテニス               | 八日原テニスコート      | 山崎 隆一先生  | 毎週 土曜日<br>午後7時から      | 13, 20, 27    |
| 野外活動                 |                | 未定       | 不定期                   |               |

※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。



## お知らせ

平成25年度の活動種目とプログラムには、  
多少変更がありますのでご確認ください。  
現在、入会を受け付けています。



スポーツ振興くじ助成事業