



# 萩原スポーツクラブだより

## 【萩原スポーツクラブ事業紹介 その1.】

萩原スポーツクラブにて実施している事業の「健康づくり教室」をご紹介します！  
この事業は、地域振興事業の中の「地域づくり」として分類して行っています。



「健康づくり教室in〇〇」 〇〇には地区名

- |    |                  |                |
|----|------------------|----------------|
| 目的 | ①自分の健康は、自分で作る    | 健康寿命の延伸を図りましょう |
|    | ②自分達の健康は、自分たちで作る | 活気ある〇〇地区にしましょう |
|    | ③継続できる仕組み作りを考える  | 教室を永く継続しましょう   |

- 概要
- ①主に高齢者を対象に、毎週1回の平日昼間に定期開催
  - ②健康づくりをめざした体操を基本に、ゲームなどのお楽しみも
  - ③参加者の近くの集会所や公民館を開催場所にする



- 特長
- ①参加者による自主運営をめざす
  - ②クラブから講師を派遣する
  - ③体組成測定システムで定期測定
- 会費制、会場準備・片づけは参加者で  
複数の団体・個人と連携して講師確保  
運動効果をデータで実感

実績 平成30年度 上村、花池、萩原、羽根、古関の5地区にて開催 延べ199回 2, 833名



上村地区



花池地区



萩原地区



羽根地区



古関地区

令和元年度は、5教室の継続と、他地区での開催を追加したいと考えています。地域の参加者の方と協力して行う教室です。ご意見、ご要望がありましたらクラブ事務局までお知らせください。

## 《大会出場報告》

### 萩原ジュニアサッカークラブ ヴィオーラカップ出場



5月4日(土)～5日(日)大垣市赤坂スポーツ公園にて開催された「第14回ヴィオーラカップ」に萩原ジュニアサッカークラブが出場をしました。  
二日間とも天候に恵まれ、1日目の予選リーグを2位で上がり、翌日は上位8チームの決勝トーナメントに進出し、結果は16チーム中6位でした。日焼けをしながらボールを追いかけ、初めての宿泊遠征を体験する選手もいて、終始ハイテンションな楽しい大会となりました！





# イベント情報

～申込み・お問合せ先～  
NPO法人萩原スポーツクラブ  
TEL52-1514 FAX52-1030

## ソフトミニバレーボール大会

6月8日(土)開催

どなたでも気軽にできるソフトミニバレーボール大会に参加してみませんか？日頃のストレスを発散して気持ちの良い汗をかきましょう！

個人での参加も大歓迎です!!

受付:午後12時30分 開会式:午後12時45分

場所:あさぎり体育館

参加費:HSC会員200円/非会員500円

※女性にて1チーム4～6名で編成

申込締切:5月31日(金)まで



## ペタンク大会

6月20日(木)予選

6月21日(金)決勝 開催

当初予定の開催日が変更となりました。



受付:午後7時00分 開会式:午後7時15分

場所:あさぎりグラウンド(雨天:あさぎり体育館)

参加費:HSC会員200円/非会員500円

※3人1チームにて編成

申込締切:6月13日(木)まで 先着40チーム

## 深緑を歩こうin岐阜大学位山演習林

普段は立ち入ることのできない位山自然林の中をゆっくりと散策します。初心者でも登れるコースですので、ご家族、お友達お誘い合わせてご参加ください。

6月23日(日)開催 ※雨天中止

受付:午前8時30分

山之口公民館集合

参加費:HSC会員200円/非会員500円



## ちびっこ運動広場がいさいしてます！

毎週土曜日、あさぎり体育館にて、年長児・小学1・2年生児童を対象に「ちびっこ運動広場」を開催しています。この時期のお子さんはゴールデンエイジと呼ばれ運動神経がググッと伸びる黄金の成長期！神経系が著しく発達するこの時期の過ごし方が運動神経に大きな影響を与えます。「すばっこい」「たくみ」な動作が身につくよう、外で遊ぶ習慣が少なくなった子どもと積極的に関わり、色々な遊びや運動をすることによって身体を動かし、無意識のうちに運動神経を発達させます。運動神経の発達という意味以外にも、スポーツに熱中したり、親子で一絡に体を動かすのもこの時期だけではないでしょうか？

当日参加も可能ですので、ぜひ親子で運動ができる服装で上履き、飲み物を持って気軽にご参加ください。なお、開催日はホームページでご確認ください。

日時:毎週土曜日 午前9時から11時まで

場所:あさぎり体育館

参加費:HSC会員無料/非会員300円

(ちびっこ運動広場年会員3,000円)



ちびっこ運動広場年会員参加証

## 2019 5月月例グラウンドゴルフ大会報告！

○5月大会 5月21日(火)「飛騨の2大名物肉カップ」スポンサー(株)天狗殿  
優勝:田尻重男(久々野) 準優勝:櫻本満男(高山) 三位:宮西宏和(美濃市)  
参加者77名(内、下呂市外28名)が雨上がりの空の下プレーを楽しみました

○6月大会 6月18日(火)「桂川電工カップ」スポンサー桂川電工(株)殿  
開催は当日午前9時に決定します。詳細はホームページをご覧ください。



お問合せは NPO法人萩原スポーツクラブ事務局 あさぎりスポーツ公園内  
TEL52-1514 FAX52-1030 <http://www.hagiwarasc.com>