

萩原スポーツクラブだより

第10回HSCソフトテニス小学生大会 結果

12月21日(日)にソフトテニス小学生シングルス大会を開催しました。
試合を開始して間もなく雨が降り出し、急遽あさぎり体育館へ移動となりました。
白熱した試合も多く、日頃の練習の成果を発揮できた子、悔しい思いをした子もいたかと思
いますが、良い経験になったのではないのでしょうか。

3月15日(日)には、小学生ダブルス大会を開催します。

4年生以下男子の部	優勝	後藤 史旭	準優勝	長田知佳良	3 位	谷下 千氣
4年生以下女子の部	優勝	池田 咲璃	準優勝	石原 芽奈	3 位	池田絵梨佳
5・6年生男子の部	優勝	三木 琉	準優勝	今井 尚央	3 位	石丸 光起
5・6年生女子の部	優勝	田中 彩桜	準優勝	桐谷 胡音	3 位	大林 菜緒



下呂市スキー大会参加者募集

開催日時	令和8年2月22日(日)	受付12:30~	(当日の申込はできません)
場所	モンデウスパークスキー場		
種目	ジャイアントスラローム		
部門	一般男子の部・一般女子の部 小学校低学年の部(1~3年生)・小学校高学年の部(4~6年生) 中学生の部		
参加料	無料(要リフト券代)	申込締切	2月9日(月)午後5時まで



※一般参加者及び小中学生対象のリフト割引券は無くなりましたのでご了承ください。



申込・問合先 下呂市スポーツ協会 TEL 52-1514
 主催：下呂市スポーツ協会 主管：下呂市スキークラブ
 後援：下呂市・下呂市教育委員会

令和8年度 萩原スポーツクラブ会員募集 会費及びスポーツ保険料のお知らせ

令和8年度の会員登録受付を3月2日(月)より開始します。継続の方には各スクールより会員申込書をお配りしますので、3月末までに加入手続きをよろしくお願ひします。

会員分類	年会費	中途入会の場合(7月～)	スポーツ保険
ジュニア(中学生以下)	6,000円	600円×3月までの残月	800円
高校生	6,000円	600円×3月までの残月	2,000円
一般	12,000円	1,200円×3月までの残月	2,000円
65歳以上	8,000円	800円×3月までの残月	1,200円
ファミリー	18,000円	1,800円×3月までの残月	各個人別

3月11日(水)は、スクール指導者講習会の為、夜間のスクールはすべて中止します。ご理解よろしくお願ひします。

健康づくり教室 ご案内

各地区にて健康づくり教室を開催しています。いつまでも健康を保持しましょう！寒い季節、おしゃべりしながら楽しみましょう！

上村教室	月曜日12時30分～上村公民館
花池教室	火曜日12時30分～花池公民館
萩原教室	水曜日12時30分～諏訪集会所
桜洞教室	水曜日13時30分～桜洞集会所
野上教室	木曜日13時30分～野上公民館
羽根教室	金曜日13時00分～羽根公民館
古関教室	金曜日13時30分～樽尾会館



2月健康管理ポイント!!

寒い2月は、血圧の急上昇、血流の滞り、食べすぎ、水分不足といったリスクが重なり、生活習慣病が悪化しやすい季節です。

少しの工夫で、冬の健康リスクを減らすことができます。できることから始めて、元気に2月を乗り越えましょう！

朝の寒暖差に注意しましょう
家の中でも体を動かし、**血流**を良くしましょう
バランスのいい**食事**で血管の健康を守りましょう
こまめな**水分補給**を忘れず、
血液をサラサラにしましょう



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>