

# 今年度も阿蘇っ子クラブでスポーツ指導します！

小学校の運動部活動に代わり地域住民や保護者が運営する「阿蘇っ子クラブ」は阿蘇市内各小学校に設置されています。火の山スポーツクラブは全ての小学校で様々なスポーツ活動に協力しています。

- 【対 象】小学生（原則各小学校区の児童）
- 【時 間】16時30分～18時30分（18時00分終了種目も有）
- 【場 所】各小学校グラウンド及び体育館
- 一の宮小…サッカー（金）指導者：甲斐信夫
- 阿蘇小…サッカー（月）指導者：松本久義  
バスケットボール（金）指導者：笹木盛光、住大翔
- 阿蘇西小…サッカー（火）指導者：松本久義  
バドミントン（火・木）指導者：中村浩
- 内牧小…サッカー（火）指導者：池田雅史  
バドミントン（月・金）指導者：西田良活
- 波野小…卓球（火）指導者：首藤洋子  
サッカー（木）指導者：松本久義  
バスケットボール（金）指導者：後藤千佳



# 令和3年度もよろしくお願いします



会長  
小坂 今朝和

心ま軽頂ばニもいブ方動活ツて営 動行たをる症 うのN  
よ皆すにい下幸テスス。事のがの動をい、まして。徹こに昨ご活P  
り様。おて記いいでーポポ。務い見しすき指た、いな今底とよ年ざ動O  
おの声いにですのツツ。局ら守てるます。まらながりはいに法人  
待ご掛ま教す。輪をを通。まつりい環す。阿全引が来度型す。参火の  
ち参加けす。指を楽し。おや、まを大面蘇す。1きら、初コ。加の  
してた参導を広して、誰も。にしい力で、さ見きク種き活まかナ  
おだ加者のげみ、て、地も。ごたい、な童続ラのの染と、スイル  
りけしのコ、いた域が。連らた指いがき「の教症な感タル  
ます。れたコ、だコ誰と。絡、だ導たス協「の室対り染ース  
い思おト、けミと。下クけやめポ力「ので策ま予ト感  
い気をれユで。さる活に！し運活をし防す染

## 12の教室で皆さんをお待ちしています！！

<p><b>ウォーキング</b></p> <p>春は新緑と花を楽しみながら、夏は共に汗を流しながら、秋は食べ過ぎを解消しながら、冬は丸くなりがちな背筋をのばしながら、さあ歩きましょう。</p> <p>宮崎 俊史</p>	<p><b>ソフトテニス</b></p> <p>ソフトテニスを通して楽しく汗を流してみませんか？経験者から初心者までどなたでもご参加できます。貸しラケットもありますので、お気軽にお越しください！皆さまのご参加をお待ちしております！</p> <p>中島 康太</p>	<p><b>ショートテニス</b></p> <p>賑やかに明るく楽しくをモットーに、年齢を問わず軽く汗を流せるスポーツです。腹筋が痛くなるほどの笑いの場を御提供させていただきます。ご入会をお待ちしています。興味のある方は是非体験にお越しください。よろしくお願いします。</p> <p>大和 卓也</p>
<p><b>卓球</b></p> <p>小さなお子さんから大人の方まで経験未経験問わず大歓迎いたします。卓球で健康な体をつくりましょう！</p> <p>岩永 昭次</p>	<p><b>バドミントン</b></p> <p>みんなで楽しくバドミントンしましょう！初心者から上級者までOKです。一緒にいい汗流しましょう！！</p> <p>馬原 幸男</p>	<p><b>サッカー</b></p> <p>4月16日で熊本地震から5年を迎えます。アソビーゴサッカーフィールドも地震により陥没し大きな被害を受けましたが、いろいろな関係者の協力、支援を受け再び活動が出来る場となりました。これからも地域のスポーツ活動に微力ながら協力をしていきたいと思っております。</p> <p>吉野 貴彦</p>
<p><b>ピラティス</b></p> <p>ゆっくり呼吸しながら心身ともに健やかに体の内側からインナーマッスルを鍛え、しなやかに引き締まった体作りを目指しています。</p> <p>原部 静子</p>	<p><b>骨盤エクササイズ</b></p> <p>歪んだ骨盤を矯正するには、体操によって骨盤に外圧をかける方法が効果的です。骨盤体操を習慣にすることで、歪みの矯正や予防に努めましょう。</p> <p>緒方 愛美</p>	<p><b>テコンドー</b></p> <p>テコンドー教室は気軽にテコンドーを体験できます。格闘技未経験者や運動が苦手な方でも全く問題ありません！ダイエットや体力作りでも大丈夫です！是非見学にお越し下さい！</p> <p>中山 北斗</p>
<p><b>エンジョイランニング</b></p> <p>子供から大人まで、軽いジョギングを中心とした運動で体もこころもリフレッシュ！グラウンドは、芝のため怪我の心配も少なく、ミニゲーム等を通して、楽しく、無理なく行えるようにします。ウォーキングだけでもどうぞ。</p> <p>藪亀 治</p>	<p><b>ゴルフ</b></p> <p>ジュニアから大人まで、ゴルフの指導をいたします。定例ゴルフコンペも行いますので、興味のある方はお越しください！</p> <p>森 繁博</p>	<p><b>クラシックバレエ</b></p> <p>小1～大人まで楽しくバレエを学べます。音楽に合わせて体を動かすことで、姿勢改善、お子様のリズム感の上達、シェイプアップに繋がります。</p> <p>原部 静子</p>

# 遊楽里通信

令和3年  
4～6月分



## 初回体験無料

※ゴルフ教室は除く

各教室1回無料体験ができます。「体験できました！」と指導者にお伝えください。

## ”サッカーが上手くなるため”のサッカースクールを開催します。

ボールを『蹴る』『止める』『運ぶ』といったサッカーの基礎を徹底して伸ばす個の技術向上のためのスクールです。これからサッカーを始めようと考えている方、今より上手になりたい方は年齢性別問いません。参加料は開催日毎に徴収しますので、お気軽に参加できる日にお越しください。

開催日 ▶ 4月～6月の火・金・土（又は日）の週3回  
※活動日は裏面のスケジュールをご確認ください。

時間 ▶ 火・金 19時00分～20時30分  
土（日） 18時00分～19時30分

料金 ▶ 1回400円

会場 ▶ アソビーゴサッカーフィールド

問合せ先 ▶ 指導者・松本（090-8225-8057）まで



<p><b>会員特典</b> ご利用の際は必ずカード提示をお願いします。</p>	<p>道の駅「波野」神楽苑</p>	<p>コスギリゾート阿蘇 ハイランドゴルフコース</p>	<p>阿蘇グランヴィリオホテル</p>
	<p>そばソフトクリーム(大)、 (小)共に<b>50円割引</b></p>	<p>ゴルフ場の温泉に男性 <b>300円</b>、女性<b>200円</b> で入浴できます。</p>	<p>ホテルの温泉にお1人さま 通常<b>500円</b>でご入浴が できます。</p>

NPO法人火の山スポーツクラブ 協賛企業一覧 協賛企業募集中！！

医療法人 眼科 古嶋医院・アゼリア21指定管理者株式会社東京アスレティッククラブ・成田建設・阿蘇クララファーム・伊藤左官工業・森永建設 (有)阿蘇プレス瓦・森永設備・おひさま保険サービス阿蘇店・森永建築・山本建築 (有)インテリア木下・ダスキン熊本 (森本康)・森水道工務店・熊本建材・佐藤歯科クリニック・熊本県テコンドー協会  
会長樋口悦夫・阿蘇市テコンドー協会会長津田佳輝・美容室フロムビギン (株)阿蘇の森 森繁博 (有)園田サッシ・株式会社スベック・株式会社ワタナベ 渡邊萬平 (株)総合メンテナンスあそ 坂田祐介・旧車ファンクラブ・赤水国道 彦しゃん・スナック スマイル (有)下村電気設備・長照寺 西田良活・POPEYE (有)アグリテック保久工・アソビーゴフットボールクラブ 吉野貴彦・あつまる阿蘇赤水ゴルフ倶楽部・社会福祉法人やまなみ会・岩村創山株式会社・市の川村上商店 (有)梅井工務店 梅井俊夫 (有)梅井設計 梅井六男・有限会社 村本設備工業・島村建設 島村博・株式会社 島村組・阿蘇レミコン (株)・阿蘇プラザホテル・今村ランニング (順不同)

## NPO法人 火の山スポーツクラブ facebookもご覧ください！！

事務局 〒869-2314熊本県阿蘇市小野田1414  
TEL/FAX：0967-32-1441  
携帯：090-8225-8057 (クラブマネジャー 松本)  
ホームページアドレス <http://hsc.moo.jp>

