

「東海村総合型地域スポーツクラブ
スマイル東海」活動報告

こんにちは！ SCスマイルTOKAI です！



「東海村総合型地域スポーツクラブ スマイル東海」(SCスマイルTOKAI)は、東海村の誰もが“いつでも・どこでも・誰とでも”運動やスポーツを気軽に楽しむことのできる生涯スポーツ社会(コミュニティ)の形成を目指して、平成19年から活動している、会員制の地域スポーツクラブです。

1月現在で、幼児から一般の方まで629人が会員登録し、さまざまなスポーツに取り組んでいます。

【問い合わせ】SCスマイルTOKAI事務局(総合体育館内 ☎283-1001)

SCスマイルTOKAIでは、こんな活動をしています！

スポーツ教室の開催

資格を持ったスポーツ指導者や、村内のスポーツ団体、茨城大学の学生指導者等を講師に招き、各種スポーツ教室を開催しています。会員向けの各教室の受講料は“1回当たり500円”を基本として、安価に設定しています(ハイキング教室など一部の特殊教室を除く)。

【子ども向け教室】

- ▼キッドビクス
- ▼競技エアロビック(写真②)
- ▼ジュニア体操
- ▼ジュニア卓球(写真③)
- ▼ジュニアテニス(硬式)
- ▼ジュニアバレーボール
- ▼ジュニア陸上
- ▼ジュニア陸上アスリートクラス
- ▼ミニバスケットボール(写真④)



【一般向け教室】

- ▼エアロビクス
- ▼大人向け体操(写真⑤)
- ▼ゴルフ
- ▼ステップエクササイズ
- ▼ソフトエアロビクス
- ▼ノルディックウォーキング(写真⑥)
- ▼ハイキング(写真⑦)
- ▼ボディケア
- ▼ヨガ



スポーツイベントの企画・開催

▼保健センター受託事業「エンジョイ！ヘルスアップ」や「初心者のためのサーキットトレーニング」、教育委員会受託事業「ジュニア運動遊び教室」(写真⑧)を開催しています。

▼そのほか、さまざまなスポーツの体験会やクラブ教室の成果披露発表会等を随時企画・開催しています。



地域スポーツ活動の支援・協力

▼「東海村スマイルマラソン」(東海村マラソン大会実行委員会主催)の開催に対する支援・協力をしています。

▼地域住民を対象としたスポーツ体験の機会を提供するため、「スローエアロビック」(写真⑨)や「エアロビックをやってみよう！(小学生・初心者向けプログラム)」(写真①)などの特別教室を企画・開催しています。



SCスマイルTOKAIと一緒にスポーツを楽しもう！令和2年度会員募集中！

▼対象 村内在住・在勤(同居家族を含む)・在学の方

▼年会費(個人年会費)

| 区分 | 新規会員 | 継続会員 | ▽年会費のほか、教室ごとに受講料がかかります。 ▽年会費の有効期限は、入会する年度の3月31日までとなります。 ▽大学生・一般の新規会員については、入会した月によって金額が異なりますので、お問い合わせください。 |
|---------|--------|--------|---|
| 幼児・小学生 | 2,400円 | 2,000円 | |
| 中学生・高校生 | 3,600円 | 3,000円 | |
| 大学生・一般 | 6,000円 | 5,000円 | |

▼入会手続き 総合体育館備え付けの申込書に必要事項を記入し、申し込み(印鑑持参)後、郵便局で年会費をお振り込みください。クラブ会員証の発行までは、年会費の振り込み受領証が仮の会員証となります。

▼その他 入会手続きがお済みでない方は会員対象教室への申し込みができませんので、各教室に申し込む前に入会手続きを完了してください。また、各教室に申し込みをする際は会員証を持参してください。

会員以外の方でも参加できる教室があります！

▼教室等一覧

| 教室名 | 日時 | 場所 | 対象等 | 参加費 |
|-------------------------------------|---|-------------|---|------------------------------------|
| (1)エアロビクス教室 | 火曜日 (各期全7回) 19:45～20:45 | 総合福祉センター「絆」 | 村内在住・在勤(同居家族を含む)またはSCスマイルTOKAI会員で、18歳以上の方(各先着30人) | 〈各期〉 一般…7,000円/人 会員…3,500円/人 |
| (2)ステップエクササイズ教室 | 木曜日 (各期全7回) 19:30～20:30 | | | |
| (3)大人向け体操教室 | 金曜日 (各期全7回) 13:30～15:00 | 総合体育館 | | |
| (4)ハイキング教室 | 4月から11月までで、年7回の開催を予定 第1回…期日▼4月25日(土) 場所▼坪山(山梨県上野原市) | | 対象や参加費、申し込み方法などの詳細は、随時「広報とうかい」でお知らせします。 詳細は、「広報とうかい」(3月25日号)をご覧ください。 | |
| (5)健康教育事業「エンジョイ!ヘルスアップVer.Ⅱ」(前期) | 4月11日(土)から9月26日(土)までの木・土曜日で、月5回程度(全30回) 9:30～11:00 | 総合福祉センター「絆」 | 村内在住で、運動を始めようと思う30～64歳の方(先着20人) | 無料 |
| (6)働く男性の健康づくり教室「初心者のためのサーキットトレーニング」 | 5月20日から6月17日までの水曜日(全5回) 19:00～20:30 | | 村内在住で、運動を始めようと思う30～59歳の男性の方(先着20人) | |

▼申し込み ▽(1)・(2)・(3)・(5)…3月18日(水)の午前8時30分以降に、参加費を添えて((5)を除く)、総合体育館へ申し込みください。▽(6)…4月11日(土)の午前8時30分以降に、総合体育館へ申し込みください。

※受付時間は午前8時30分～午後5時15分です。総合体育館の休館日(毎週月曜日(月曜日が祝日の際には翌平日))には受け付けできません。



令和2年度前期の活動を紹介する教室案内(左写真)を、総合体育館や村内公共施設に設置していますので、ぜひご覧ください。

SCスマイルTOKAIは、これからも地域スポーツのさらなる普及・発展と、スポーツ活動を通じた明るく豊かな生活の実現を目指していきます。これからも引き続き、SCスマイルTOKAIの活動にご期待ください。なお、随時、クラブ運営スタッフも募集していますので、興味のある方はお問い合わせください。

