

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)の形成を目指して活動している、会員制の地域スポーツクラブです。

平成31年2月現在、幼児から一般の方まで624人が会員登録し、さまざまなスポーツに取り組んでいるSCスマイルTOKAIの活動についてご紹介します。

【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！＜平成30年度後期活動報告＞

スポーツ教室の開催

専門の資格を持つスポーツ指導者や、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
- ▼競技エアロビク
- ▼ジュニア体操
- ▼ジュニアテニス(硬式)(写真②)
- ▼ジュニアバレーボール(写真③)
- ▼ジュニア陸上(写真④)
- ▼ジュニア陸上アスリートクラス
- ▼ミニバスケットボール



【一般向け教室】

- ▼エアロビクス
- ▼大人向け体操
- ▼ステップエクササイズ(写真⑤)
- ▼ソフトエアロビクス(写真⑥)
- ▼ハイキング
- ▼ボディケア
- ▼ヨガ(写真①)



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」「初心者のためのサーキットトレーニング」(写真⑦)を開催しています。
- ▼教育委員会受託事業「講演会『幼児期の身体活動の意義と大人の関わり方』」「ジュニア運動遊び体験教室」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2019」(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機会の提供として、「ノルディックウォーキング」の体験教室(写真⑧)や、「体幹トレーニング」「ジュニア卓球」の短期教室を企画・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！＜平成31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、郵便局で年会費を振り込んでください。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 入会手続きが済んでい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	毎週火曜日 (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	毎週木曜日 (各期全7回) 19:30～20:30			
③大人向け体操教室	毎週金曜日 (各期全7回) 13:30～15:00	総合体育館		
④ハイキング教室	第1回は宝篋山(つくば市)です。 日時▼4月27日(土)午前7時30分出発(午前7時20分ふれあいの森公園駐車場集合) ※4月～11月(年7回)の開催を予定しています。		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(先着25人)	一般…9,500円/人 会員…6,000円/人 会員同居家族…8,000円/人
⑤健康教育事業「エンジョイ!ヘルスアップVer. II」＜前期＞	4月6日(土)から9月14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、運動を始めてみようと思う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レーニング」	5月22日から6月19日までの水曜日(全5回) 19:00～20:30		村内在住で、運動を始めてみようと思う30～59歳の男性の方(先着20人)	

▼申し込み ▼①・②・③…申し込み受け付け中ですので、参加費を添えて、総合体育館へ申し込みください。

▼④…4月13日(土)から24日(水)までに、参加費を添えて、総合体育館へ申し込みください。▼⑤…申し込み受け付け中ですので、総合体育館へ申し込みください。▼⑥…4月13日(土)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。



平成31年度前期の活動を紹介する教室案内(写真左)を、総合体育館や村内の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、スポーツ活動を通した明るく豊かな生活の実現を目指していきます。今後も引き続き、SCスマイルTOKAIの活動にご期待ください。

