

WELLNESS Campus!



と町内の公
共施設見学
をさせてい
ただきまし
た。佐々木
喜章町長を
はじめ各施
設の担当者
さま、あり

4月5日(月)～9日(金)に新入生に
向けて「学園、利根町を知る、愛
す」をコンセプトにフレッシュマ
ンWEEK(新入生研修)を開
いたしました。
大学を運営する「学校法人タイ
ケン学園」の歴史を学び、授業を
履修することからスタートし、7
日(水)には利根町役場、文化セン
ター、図書館、生涯学習センター

令和3年度新入生へフレッシュ マン研修会開催!!



2012年に、旧利根中学校跡に開校した日本ウェルネス
スポーツ大学からの情報をお届けします。

問い合わせ先 学校法人タイケン学園

1号館 布川 1377

2～4号館 布川 1649

☎0297-68-6787

FAX 0297-68-6788



とねワイワイくらぶ

ENJOY SPORTS!
ENJOY LIFE!



●問い合わせ先

とねワイワイくらぶ 事務局
☎090-1407-4480

暑い季節に入り熱中症の予防も
大切です。
①こまめな休憩を取り、水分をと
る時間を多く作る。
②薄着スタイルでさわやかに運動
する。
など熱中症にも注意を払い活動し
ています。皆さまの積極的な参加
をお願いします。
ワイワイくらぶでは、会員、各
運動の指導をされる方、活動運営
に協力していただける方を募集し
ております。(会員以外、当クラ
ブはボランティアで運営していま
す)ぜひ皆さまの協力をお願いします。

あなたもワイワイくらぶに、
参加してみませんか?
茨城県独自の緊急事態宣言も解
かれ、3月からは通常通りの活動
が行われています。全員が安心し
て参加できるよう開催場所では、
①体温計の設置、手洗い・手の消
毒・用具の消毒などの励行
②マスクの着用(活動中で三密が
避けられる場合は外してもよ
い。ただし、休憩中は着用する)
など感染症に注意し活動を行っ
ています。

とねワイワイくらぶ 6月の活動予定

| 活動 | 実施日 | 時間 | 場所 |
|-----------------------|------------------|----------------------------|--|
| 楊名時太極拳 | (月) 7・14・21・28 | ①月・水・金 7:00～7:40 | ①早尾台緑地広場 ②とねっ子公園 ③利根町文化センター |
| | (水) 2・9・16・23・30 | ②月・水 7:30～8:30 | |
| | (金) 4・11・18・25 | ③水曜夜 19:00～20:30 | |
| テニス教室 | (金) 4・11・18・25 | 10:00～12:00 | 利根浄化センターテニスコート |
| テニス | (月) 7・14・21・28 | 10:00～12:00 13:00～15:00 | 利根浄化センターテニスコート |
| グラウンド・ゴルフ | (日) 6・13・20・27 | 9:30～12:00 | (日曜日) 文小学校グラウンド (水曜日) 利根浄化センターグラウンド |
| | (水) 2・9・16・23・30 | | |
| バドミントン・卓球・ ニュースポーツ | (土) 5・12・19・26 | 9:30～12:00 13:30～15:30 | 文小学校体育館 |
| ニュースポーツ 他 | (火) 1・8・15・22・29 | 19:30～21:30 | 文小学校体育館 |
| 健康体操 | (日) 6・20 | 10:00～12:00 | 利根町生涯学習センター |

★プログラムは、状況により変更・中止される場合があります。最新情報は、「とねっと」でご確認ください。

★会員は、定例クラブ活動のどの種目を選んで同じ会費です。ビジター参加は、大人300円、子供150円です。★早朝の楊名時太極拳は無料です。

大学からのお知らせ

オープンキャンパスを開催してい
ます。詳しくはホームページをご
覧ください(日程などは随時更新
します)。また、運動部の体験・
見学をご希望の方は、随時受付を
いたしますので事務局までご連絡
ください。



がとうございました。最終日には
集団行動、本学園伝統の「よさこ
い鳴子踊り」を全員でおこない、
大学生活の充実を祈念して終了し
ました。
今後は授業、部活などの大学生
活をしっかりおこなないながら地域
のお手伝いなど利根町の更なる活
性化のために微力ながら貢献して
いきたいと思えます。町民の皆さ
ま、どうぞよろしく願っています。

利根フリフリクラブ主催

フリフリグッパ-体操

地区運動集会



すこやか交流センター



利根町生涯学習センター



利根町文化センター

コロナに負けずフリフリ

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、参加者の人数を減らして行っています。
初めて参加を希望する方は、利根町保健
福祉センターまでご連絡ください。

フリフリ地区運動集会予定(5月～6月)

| 場所 | 日程 | 時間・持ち物 |
|--|-------------------------|--|
| 利根町文化センター | 5/20、6/3・17(第1・3木曜日) | 午前10時～11時 ・参加無料 ・飲み物 ・室内運動靴持参 |
| 利根町すこやか交流センター | 5/18、6/1・15(第1・3火曜日) | |
| 利根町生涯学習センター | 5/12・26、6/9・23(第2・4水曜日) | |
| 講師:筑波大学 桑水先生・山崎先生・益城先生 ※福祉バス・ふれ愛タクシーをご利用ください | | |

問い合わせ先 利根町保健福祉センター ☎68-8291

利根町リハビリ体操指導の会主催

シルバーリハビリ体操

自分の体は自分で守ろう 自助努力



臀部左右振り体操の目的: 下肢筋力の強化、バランス
力の強化
効果: 前方への重心移動、移乗動作改善

参加者の声

体操をした後は、身体が軽く、気持ちが良いです。
休みが続くと動きが悪くなります。以前は段差が無い
所でもつまずいて転びましたが、つまずいても転
ぶ手前で踏ん張れるようになり、転ぶことが少なくな
りました。早く仲間とおしゃべりがしたいです。
【コロナさん、早く退散して!!】

●問い合わせ先

利根町保健福祉センター ☎68-8291

たまり場「そよかせ」体操教室
たまり場「そよかせ」は利根ニュータウンの
1戸建て住宅が活動場所です。体操は1階居間
で毎週月曜日、昨年6月からは感染防止のため、
①9時30分、②10時45分、の2班に分けて
います。
そよかせに集う方の中で「体操に参加したい
が大勢の集まる場所では、迷惑をかけると思
いおくれる」との声があったので、平成25
年5月に現在の場所を開始しました。参加者の
中に、高齢者・片麻痺・骨折・手術後・関節痛
などで筋力低下、移動に時間を要する方もいま
すが、仲間と一緒に自身の体調に合わせて無理
せずに体を動かします。2名の指導士が、皆さ
んの身体の動きや表情を見ながら、一緒に体操
しています。