日本ウェルネススポーツ大学通信

WELLNESS Campus!

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　日本ウェルネススポーツ大学
1号館　布川1377
2～4号館　布川1649
☎0297－68－6787
FAX 0297－68－6788

令和5年度がスタートしました！

4月に入ると同時に令和5年度がスタートし、様々な行事が行われました！

まずは4月3日㈪、本学第一キャンパスにて入学式が行われました。式典では、柴岡三千夫理事長・学長から「4年間を本気で学び、諸先輩が残している実績や業績に負けないように奮励努力を重ねてください」と、式辞にて力強い言葉をいただきました。新入生にはこの言葉通り、ウェルネスのさらなる歴史を作ってもらいたいと思います！

続いて4月4日㈫～4月7日㈮にかけ、「フレッシュマンウィーク」が行われました！本学の建学の精神、大学の諸規則、本学の歴史などを学び、新入生は大学生活を円滑に送ることが出来るよう、真剣に取り組むことが出来ました！

さらに各部活動で大会も始まっています！今年もウェル大の躍進に注目です！

◇　◇　◇　◇　◇

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（日程等は随時更新します）。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。

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。

利根フリフリクラブ主催

フリフリグッパー体操 地区運動集会

フリフリで脳活性化！

2月17日㈮に、第66回もの忘れ予防講座が行われ、理学療法士、シナプソロジーアドバンズ教育トレーナーの所圭吾先生の「笑って動いて脳活性化！」の講話がありました。

軽運動の楽しさ、じゃんけんや足踏みをしながら相手と会話するなど、笑う事が認知症予防に非常に効果があるということです。

有酸素運動も大切。色々なグループ・サークル・コミュニティに参加して、人とのふれあいも大切。脳を刺激し、体も動かす、両方が重要だそうです。

身体を動かすのに良い季節となりました。フリフリ地区運動集会は、軽運動、相手との会話、会場いっぱいの笑いと脳活性化条件が揃っています。

ご自宅近くのフリフリ地区運動集会に、ぜひお出かけください。楽しい仲間がお待ちしております。

所　圭吾先生

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	5/18	6/1・15	(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
利根町民すこやか交流センター	5/16	6/6・20	(第1・3火曜日)	
利根町生涯学習センター	5/10・24	6/14・28	(第2・4水曜日)	
講師：筑波大学　山崎先生・秦先生・姜先生　※福祉バス・ふれ愛タクシーをご利用ください				

※初めてご参加の方は利根町保健福祉センターまでご連絡ください。状況により中止される場合があります。

●問い合わせ先　利根町保健福祉センター　☎68－8291

はつらつトレーニング

～令和5年7～8月開始生　募集のお知らせ～

▶申し込み・問い合わせ先
利根町保健福祉センター　いきがい支援係
☎68－8291

●対象者　65歳以上で利根町に住所を有する方、運動制限のない方

※今回初めて参加する方を優先させていただきます。

●定員　10名

●申込受付　5月18日㈭・19日㈮（午前9時～午後5時）に、利根町保健福祉センター窓口または電話で受け付けます。

※申込人数が定員を越える場合は、抽選になり、利用決定者へは電話連絡いたします。

●はつらつトレーニング参加者募集は、「利根町情報メール一斉配信サービス」でも行っています。

▼iPhoneユーザーの方への注意点

iPhoneで空メール登録をされる方は、空メールを送信する際には、必ず「件名」に「利根町」と入力して送信して下さい。「件名」が空白の場合には、空メール送信ができませんのでご注意願います。

mail：mm_tone_regist@ictech.jp

空メール送信用
二次元コード▼

はつらつトレーニングについて

●内容　5つのトレーニングマシンを使ったトレーニングです。加齢による衰えやすい筋力やバランス能力を鍛えます。

●利用日時　月～金曜日午前中の予約時間内（40分～50分程度）

●利用回数　週1回程度（毎回予約制）

※曜日の固定はできません。

●利用期間　1年間

●利用料　100円／1回

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては、説明会やトレーニングの開始時期が変更になる場合がありますのでご了承ください。

利根町総合型地域スポーツクラブ

とねワイワイくらぶ

ENJOY SPORTS！
ENJOY LIFE！

「とねワイワイくらぶ」が認証・登録されました

文部科学省は、平成14年度から地域のコミュニティの役割を担うスポーツクラブ、地域住民の自主的な運営を目指す「総合型地域スポーツクラブ育成」を実施し、この一環として平成17年に「とねワイワイくらぶ」が設立されました。

この20年間に多くの総合型地域スポーツクラブが設立され、運営形態が多様化し、その役割を再度、明確化する必要があり、クラブ活動実態や運営形態、ガバナンスなどについての基準を備えた登録認証制度が進められました。

当クラブも、昨年末に13項目70ページにわたる登録申請書を県協会に提出し、日本スポーツ協会から「総合型地域スポーツクラブ」の全国統一の基準を満たしているということで認証され登録されました。

当クラブも「いつでも、どこでも、だれでも、そして、いつまでもスポーツを楽しめる町　利根町」を目指し、クラブが住民のより身近となるよう住民主体のスポーツ活動を展開し、健康で明るく、活力に満ちたコミュニティーづくりを目指し寄与していきます。

多くの皆さまのご支援をお願いします。

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)　5・12・19・26 (水)　7・14・21・28 （7日・14日は早朝のみ） (金)　2・9・16・23	①月・水・金　7：00～7：40 ②月・水　7：30～8：30 ③水曜夜　19：00～20：30	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
テニス教室	(金)　2・9・16・23	10：00～12：00	利根浄化センターテニスコート
テニス	(月)　5・12・19・26 (金)　2・9・16・23・30	(午前)　10：00～12：00 (午後)　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)　4・11・18・25 (水)　7・14・21・28	9：30～12：00	(日曜日)　旧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
バドミントン・卓球・ニュースポーツ	(土)　3・10・17・24	(午前)　9：30～12：00 (午後)　13：30～15：30	旧文小学校体育館
ニュースポーツ 他	(火)　6・13・20・27	19：30～21：30	旧文小学校体育館
健康体操	(日)　4・18	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も同じ会費です。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。

●問い合わせ先　とねワイワイくらぶ　事務局　☎090－1407－4480