

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!



5月12日(金)天候にも恵まれ、浄化センターテニスコートでクラブ内のテニスを開催しました。  
いつもと違い少し緊張した雰囲気でしたが、2試合(8ゲーム)を行い、その獲得ゲーム数を競う個人戦が行われ楽しい半日を過ごしました。  
クラブでは、各種目で年2回大会を開催しています。また、バスツアー・ボウリング大会などのイベントを行い誰でも楽しく参加できる活動に努めています。

あなたもワイワイくらぶに、参加してみませんか？

## とねワイワイくらぶ 8月の活動予定

活動	実施日	時間	場所
場名時太極拳	月曜日：7日・21日・28日	①月・水・金 7:00～7:40	①(月・水・金)早朝 早尾台緑地広場
	水曜日：2日・9日・23日	②月・水 7:30～8:30	②(月・水)早朝 とねっ子公園
	金曜日：4日・11日・18日・25日	③水曜夜 19:00～20:30	③(水曜の夜)利根町文化センター
テニス教室	金曜日：4日・11日・18日・25日	(午前) 10:00～12:00	利根浄化センターテニスコート
テニス	月曜日：7日・14日・21日・28日	(午前) 10:00～12:00	利根浄化センターテニスコート
		(午後) 13:00～15:00	
グラウンド・ゴルフ	日曜日：6日・20日・27日 水曜日：2日・9日・23日・30日	(午前) 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
		(午前) 9:30～12:00 (午後) 13:30～15:30	旧文小学校体育館
バドミントン・卓球・ニュースポーツ	土曜日：5日・12日・19日・26日	(午後) 19:30～21:30	旧文小学校体育館
ニュースポーツ 他	火曜日：1日・8日・22日・29日	(午前) 10:00～12:00	利根町生涯学習センター
健康体操	日曜日：6日・20日	(午前) 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。ピジター参加は、大人300円、子供150円です。★早朝の場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



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

フリフリ始めて若返り!

生涯学習センター参加者さんの声をお届けいたします。

定年後は、どちらかといえば家にいる時間が多くなりました。自宅にある工房で、物作りを楽しんでいます。体力的に衰えを感じる様になり、フリフリグッパ-体操に通うことになりました。  
最初の頃は慣れない事ばかりで続けられるか不安でした。  
十年間で心臓手術を3回、昨年春には心房細動の手術もし、息が上がり苦労の連続でしたが、回を重ねるごとに体調も良くなり嬉し  
いばかりです。筋力アップにと、はつらつトレーニングを紹介してもらい筋トレにもチャレンジしています。  
講師の先生方やボランティアの皆様へ感謝です。これからも出来るだけ長く参加し続けていきたいと思えます。

### フリフリ地区運動集会予定 (7月～8月)

場所	日程	時間・持ち物
利根町文化センター	7/6・20 8/3 (第1・3木曜日)	午前10時～11時 ・参加無料
利根町民すこやか交流センター	7/4・18 8/1 (第1・3火曜日)	・飲み物、タオル、ボール
利根町生涯学習センター	7/12・26 8/23 (第2・4水曜日)	・室内運動靴持参

【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

日本ウェルネススポーツ大学通信

# WELLNESS Campus!

本学卒業生であり、2021年東京オリンピック女子ゴルフ銀メダリストの稲見萌寧さんの記念碑が建てられました！  
稲見萌寧さんは本学系列校で、東京都にある日本ウェルネス高等学校出身です。高校生の頃から、プロツアーに参加するなど、目覚ましい活躍を続けておりました！2018年に本学に入学すると、2019年にはプロツアーに優勝し新人賞を獲得、2021年にはプロツアー優勝9回、賞金女王、オリンピック銀メダルと、まさに稲見萌寧さんの年と言っても過言でないぐらいの活躍を見せました！

稲見萌寧さんの記念碑が建てられました！



記念碑は第1キャンパス正門から校舎へと続く道の途中に建てられ、学生たちは毎日偉大な先輩の記念碑を目に焼き付けながら、負けじと頑張っています！  
今後の稲見さんの活躍にも注目です！



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



### 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。

総合型選抜A日程エントリーを6月1日より開始(願書受付は9月1日～)しています。

## シルバーリハビリ 体操指導士3級養成講習会 受講者募集中!

この町の高齢者の元気のもとは、およそ20年前から作られています。「シルバーリハビリ体操」は約20年続いて「高齢化率が高くて元気な町づくり」におおいに貢献しています!

受講定員 10名  
対象となる方  
①利根町民の方  
②常勤の職をもっていないおおよそ50歳以上の方  
③5日間の全日程に参加できる方  
(参加できない場合は、茨城県立健康プラザにて補講が受けられます)  
④利根町の体操普及のボランティア活動ができる方

受講料 無料  
内容 ◎講義(解剖運動学、加齢と運動器の障害他)  
◎実技(シルバーリハビリ体操)  
申込締め切り日 令和5年10月27日(金)

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



日程	会場・時間
令和5年 11月6日(月)	利根町保健福祉センター * Zoomでの研修です 9:30～15:45(予定)
11月10日(金) 11月14日(火) 11月17日(金) 11月22日(水)	利根町保健福祉センター 10:00～15:45(予定)