



**NPO法人**

かつしか地域スポーツクラブ認定第1号

# こやのエンジョイくらぶ

クラブ通信 H30 年 1 月号 発行元：こやのエンジョイくらぶ広報部  
(ホームページアドレス) <http://koyano-ec.jimusho.jp>

## 新年のご挨拶

新年おめでとうございます。

9 月 28 日にこやのエンジョイくらぶは設立して 10 年を迎えます。

記念の催しを何にするのか、今までお世話になった関係のみなさまにどのようにご報告するのか、など理事会を中心に検討しているところでございます。

「スポーツを通じたまちのコミュニティ」を設立趣旨として大切にしながら、今後も、地域のみなさまとともにあるクラブとして活動していきたいと考えております。

本年もどうぞよろしく願いいたします。

NPO 法人こやのエンジョイくらぶ

理事長 黒川 幹雄

## 桜フェスタ 2018 実行委員会(第2回)を開催します！

日時：1 月 30 日（火） 19:00～

場所：クラブハウス（旧小谷野小学校内）

※ご興味のある方は事務局までご連絡ください。

# 合気道&少林寺拳法

## 合同体験会&鏡開き会

日時：1月20日(土) 13時～

会場：旧小谷野小学校 体育館（堀切 4-60-1）

参加対象：小学生から大人まで、どなたでも！

参加費：無料

指導者：○合気道 葛飾合気会  
○少林寺拳法 平林実氏（こやのエンジョイくらぶ支部）

申込方法：クラブハウス事務局までお申し込みください。  
申込締切：1月19日（金）

その他：動きやすい服装、水分補給用飲料、タオルを持参してください。

# イス体操体験会

イスに座って行う体操です。足腰の弱い方、運動経験のない方にも腰やヒザの負担が少なく、無理なく長く続けられます。足腰の筋肉をつけるのに大変効果的で認知症予防運動も取り入れます。ぜひ、体験してみてください。

日時：平成30年 2月6日、27日、3月6日、27日（各火曜日）  
※1回ごとの申込です。

13時00時～14時00分

会場：旧小谷野小学校 会議室（1F）

対象：地域の皆様（シニア向け） ※定員25名

指導者：平圭子氏（葛飾区高齢者はつらつ健康体操教室講師）

参加費：1回300円（保険代を含む）

申込み：各回1週間前 16:00迄

申込方法：申込用紙にご記入の上、ファックスで、または直接クラブハウス事務局までお申し込みください。

# ピラティス体験会

ピラティスは、ヨガの手法を取り入れた動きでインナーマッスルを鍛えます。体幹を強化してメリハリのある美しいカラダになろう！お仕事や子育てで、ストレスがたまりがちな方におススメです！

- 日 時 : 2月19日、26日  
3月 5日、12日、19日、26日【全6回】  
月曜日 午前 10 時 30 分～午前 11 時 30 分
- 会 場 : クラブハウス（堀切 4-60-1 旧小谷野小学校内）
- 参加対象 : 大人
- 定 員 : 10名 ※申し込み多数の場合抽選になります。
- 参加費 : 6回コース 5,000 円
- 申込方法 : 申込書にご記入の上、ファックスまたは事務局まで  
またはクラブホームページから申込ホームでお願いします。
- 持ち物 : 水分補給用飲料、タオルを持参してください。
- 申込締切 : 1月31日（水）

# 「スポーツ吹矢」体験会

ルールも分かり易く、どなたでも気軽に楽しめるスポーツです。  
和気あいあい・お友達を誘ってご参加ください。

- 日 時 : 平成30年 第1回：3月21日（水） 第2回：3月28日（水）  
9時30分～11時30分 ※1回ごとのお申込みです。
- 会 場 : クラブハウス
- 対 象 : 地域の皆様（概ね60歳以上の方） ※定員20名
- 内 容 : スポーツ吹矢の基本知識と練習ゲーム  
（必要な道具は、こやのエンジョイくらぶで準備します）
- 指 導 者 : 葛飾区吹矢協会 指導員
- 参加費 : 1回300円（保険代を含む） ※マウスは別売になります。
- 申 込 み : 第1回3月14日（水）、第2回3月21日（水） 16時まで  
※先着順になります。
- 申込方法 : 申込用紙にご記入の上、ファックスで、または直接クラブハウス事務局までお申し込みください。

# かつしかふれあいRUNフェスタ2018

3月11日(日)



荒川河川敷堀切水辺公園付近

\*\*\*\*\*

今年も、こやのエンジョイクラブは出展ブースで  
「甘酒」を販売して、ランナーを応援します！

**KOYANO Beans(こやのビーンズ)も出演します！**

## 編集後記

今年こそはこやのエンジョイクラブにとって記念になる一年です。

設立から10年。大きな節目です。

どんな場面でも、試行錯誤の連続で、必要なことを学びながら、頭を悩ませながら、真剣に取り組んで来たことは私たちスタッフの誇りです。

でも、まだまだ通過点と捉え、これからも成長出来るクラブでありたい、と考えております。(N)

## NPO法人こやのエンジョイクラブハウス(事務局)



〒124-0006 葛飾区堀切4-60-1  
(旧小谷野小学校内)

TEL: 03-6662-9500

FAX: 03-6662-9501

ホームページアドレス

<http://koyano-ec.jimusho.jp>

《クラブハウス開設日》

月曜日～金曜日 12:00～16:00

土曜日 10:00～16:00