



# 令和5年11月 プログラム

No.126



## “生涯スポーツ優良団体”で表彰を受ける。



2023年10月13日(金) 文部科学省 2023年度“生涯スポーツ優良団体”(全国54団体)として表彰。

この度、令和5年度生涯スポーツ優良団体表彰を受賞させていただきました。

この賞は、過去に葛飾区スポーツ団体表彰、東京都スポーツ団体表彰を受賞されている事が条件で、名誉ある賞と言われております。

受賞に当たりましては、行政は元より、歴代の理事、地域諸先輩が築き上げてきた功績が認められたもので、共に喜んでいただければ幸栄であります。

スポーツを通じ地域に根差したふれあいの場として、区内2番目の平成22年3月に誕生したオール水元スポーツクラブも早14年の歴史を数えます。

設立時150名でスタートした当クラブですが、プログラムの見直しを図るとともに、各種イベント事業開催で知名度アップを図り、現在は600名を超える会員数となり、日々精進しております。

この様な活動が認められ今回の受賞となりましたが、これに満足する事無く、文化・芸術・スポーツで会員同士の繋がりを深め、ますます進むであろう少子高齢化社会に於いて地域スポーツクラブの重要性を認識しております。

参加してくださった方が楽しく、元気に帰路についてくれる様、これからも、理事一同精進していく所存でございますので、今後とも更なる会員の皆様及び地域の皆様には益々のご支援、ご協力を宜しくお願い申し上げます。

一般社団法人  
オール水元スポーツクラブ

理事長 植草 久利



# 11月 オリジナルプログラム(月会費で参加可能なプログラム)

				変更有り
曜日	プログラム名	日	時間	会場
月	リフレッシュ健康体操 ※4	6・13・20	1部 9:00~10:00 2部 10:15~11:15	水元学び交流館 レクリエーションホール
	マクラメ編み教室 ※1	6	14:00~16:00	水元総合スポーツセンター 地域交流ホールA
	ナイター硬式テニス ※2	6・13・20・27	19:00~21:00	水元総合スポーツセンター テニスコート
	バドミントン ※3	13・20・27	19:00~21:00	葛美中学校 体育館
火	気功教室 ※3	7・14・21・28	10:00~11:30	水元学び交流館 レクリエーションホール
	健康吹矢	7・14・21・28	1部 14:00~14:55 2部 15:00~15:55	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
水	スナッグゴルフ	1 . . 15	9:00~11:00	水元総合スポーツセンター 多目的広場
	バウンドテニス ※3	1・8・15・22	13:00~15:00	水元学び交流館 レクリエーションホール
	楽しい卓球 ※3	1・8・15・22	18:30~20:30	水元学び交流館 レクリエーションホール
木	押し花教室 ※1	9	9:00~11:00	水元総合スポーツセンター 地域交流ホールC
	練功教室	2・9・16 . . 30	1部 9:00~9:50 2部 10:00~10:50	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
	ラケットテニス ※3	2 . . 30	19:00~20:30	花の木小学校 体育館
	健康ヨガ	2・9・16 . . 30	19:00~20:00	水元総合スポーツセンター フィットネススタジオ
金	スナッグゴルフ	10 . . 24	9:00~11:00	水元総合スポーツセンター 多目的広場
	はつらつ健康体操	10・17・24	9:30~10:30	金町地区センター 5Fホール
	イス体操	10 . . 24	13:30~14:30	水元学び交流館 視聴覚室
	スポーツ(健康)ダーツ	3・10・17・24	14:00~16:00	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
土	シェイプアップ・ウォーキング	4・11・18・25	9:00~9:40	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
	パワー・ヨガ	4・11・18・25	9:50~10:50	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
	現代俳画(水墨画)教室 ※1	11	14:00~16:00	水元総合スポーツセンター 第一会議室
	カローリング ※3	4	14:00~16:00	飯塚小学校 体育館
日	ボッチャ ※3	5 . . 19	9:00~11:00	水元総合スポーツセンター 地域交流ホールA・B
	スポーツ太鼓	5 . . 19	19:00~20:30	水元学び交流館 視聴覚室

## 11月 アドバンスプログラム(別費用で参加するプログラム)

曜日	プログラム名	日	時間	会場
月	ジュニア育成硬式テニス教室(Ⅱ期)	6・13・20・27	17:00~19:00	水元総合スポーツセンター テニスコートA面・B面
	トランポリン・ジュニア(Ⅱ期)	6・13・20	I 16:30~17:30 II 17:30~18:30	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	トランポリン・クラブ(通年)	6・13・20	I 16:30~18:00 II 18:10~20:00	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	障がい者トランポリン	6・13・20	18:40~19:40	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
火	WAKU WAKU ジャズダンス	7・14・21・28	9:15~11:00	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
水	元気体操教室	1・15・22・29	1部 16:30~17:20 2部 17:30~18:20	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
金	書道教室	10・17	9:30~11:00	水元総合スポーツセンター 地域交流ホールA
	トランポリン・大人	10・17・24	14:00~15:00	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	トランポリン・キッズ	10・17・24	15:00~16:00	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	トランポリン・ジュニア(Ⅱ期)	10・17・24	I 16:15~17:15 II 17:15~18:15	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	トランポリン・クラブ(通年)	10・17・24	I 16:15~17:15 II 17:15~18:15	水元総合スポーツセンター サブアリーナ

☆ 小学生の夜間プログラム(20時以降)の参加は必ず保護者もしくは成人の方に送迎をお願いします。

## 11月 参加型プログラム(別費用で参加するプログラム)

曜日	プログラム名	日	費用	時間	会場
月	はつらつ健康体操(柴又会場) 定員 20人	6・13 ・20・27	3500円 (全7回)	13:30~14:30	柴又学び交流館 第4集会場
金	はつらつ健康体操(高砂会場) 定員 30人	10・17 ・24	3500円 (全7回)	13:30~14:30	高砂地区センターホール
木	折り紙教室	30(3回目)	1800円 (全3回)	10:00~12:00	西水元地区センター会議室

※1 指導・準備の都合上【事前申し込み制】です。  
参加当日、材料費(実費)が必要です。

※2 雨天、荒天等で中止となることがあります。  
17時以降については水元総合スポーツセンター受付(Tel03-3609-8182)へお問い合わせ  
願います。

※3 室内履きの必要な施設です。室内運動に適したシューズの持参使用をお願いします。

※4 室内履きと敷物(ヨガマットかレジャーシート・バスタオル等)をご用意下さい。

☆ スポーツプログラムは、動きやすい服装・シューズで参加願います。

☆ インフルエンザや新型コロナウイルス感染予防等、健康管理には十分ご注意下さい。

☆ 各プログラム活動中の水分補給や汗拭き対策等はご自身で用意願います。



一般社団法人

オール水元スポーツクラブ

掲示板 11月号 No.126



2023年も残り少なくなりましたがスポーツの秋です、プログラムに参加して体力や健康維持に努めましょう。

報告

10月9日(祭) かつしか区スポーツフェスタ2023

当日は雨の為 奥戸会場の屋外種目トランポリンは中止。バルーンが参加しました。

水元会場ではシェイプアップ・ウォーキングとバドミントンが行われました。

10月13日(金) 文部科学省から “生涯スポーツ優良団体”として表彰を受けました。

10月18日(水) シニア振興事業グラウンド・ゴルフ大会 水元総合スポーツセンター多目的広場にて晴天の下、多くの来賓に来ていただき、熱戦を展開しました。



始球式



男子の部 表彰式

会員の皆様にご協力をお願い 持ち込み締め切り10月末日です

フリーマーケットに出品する商品をクラブハウスにお持ちください。

11月5日(日) 『ゴミ減量・清掃フェア』葛飾清掃工場におけるフリーマーケット実施  
売上金は日本赤十字社に託し被災地等へ寄付していただきます

・事務局から

これからは空気が乾燥しインフルエンザが流行します、手洗い、うがい等をこまめに行い予防に努めましょう。

・会計部からお願い

\* クラブを月単位で『休みたい時、やめたい時』は、金融機関への手続き作業が有りますので、前月の18日までに事務局にご連絡をお願いします。

【クラブハウス開設日・時】 月～土(祝日開設) 午前10時～12時 午後1時～5時

クラブハウス 〒125-0032 東京都葛飾区水元1-23-1 葛飾区水元総合スポーツセンター体育館内1階

\* 水元総合スポーツセンター体育館は第二水曜日が休館日となっております

11月8日(水)は休館日になります

ホームページアドレス all-mizumoto-sc.jp/  
Tel. 03-5876-9188 FaX. 03-5876-9189

クラブ案内QRコード

