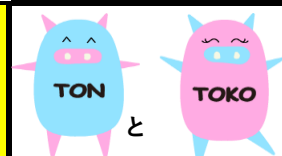




令和8年5月 プログラム



オール水元スポーツクラブの
ゆるキャラ

No.156

オール水元スポーツクラブ 第14回定期総会

4月22日(水) 水元総合スポーツセンター地域交流ホールAで開催

- 令和7年から 工藤 宜新理事長になり、この1年間の事業活動と会計等の総括、令和8年度の活動方針などを決めました。
オール水元スポーツクラブは平成22年3月に設立・認定されました。
設立準備期間を含めると約20年近くになり、設立当初から携わった方々や会員さんたちも高齢化されております。
月2,000円の会費で22種目のオリジナルプログラムを用意、会員の皆様に満足いただけるように、スタッフ・各プログラム指導者の皆様のご協力と葛飾区の助成により運営しております。
- 今年度 新たに金町駅前南口にある“カナマチがらっと視聴覚室”を会場にした新たな種目を用意して皆様の参加をお待ちしております。



定期総会 開会



会計監査報告

*書類提出のお願い

- 先月 会費の支払いについての案内をお配りしました。
現在回収中 コピーして本人控えを返却しております。
- R8年度 利用者アンケート
参加されているプログラムの時に配布しますので、記入して提出をお願いします。
アンケート提出期限 5月30日(土)

R8年5月 オリジナルプログラム(月会費で参加出来るプログラム)

				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	4・11・18	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	11	14:00~16:00	水元総合スポーツセンター (2F)地域交流ホールA
	ナイター硬式テニス(中学生以上) ※2	11・18・25	19:00~21:00	水元総合スポーツセンター テニスコートA・B面
	バドミントン ※3	11・18・25	19:00~21:00	葛美中学校 体育館
火	気功教室 ※3	12・19・26	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	12・19・26	1部 14:00~14:55 2部 15:00~15:55	水元総合スポーツセンター (3F)第1・第2会議室
水	スナッグゴルフ	27	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	13・20・27	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	13・20・27	18:30~20:30	水元学び交流館 レクリエーションホール
木	練功教室	7・14・21・28	1部 9:00~9:50 2部 10:00~10:50	水元総合スポーツセンター (3F)第1・第2会議室
	ラケットテニス/ピククルボール ※3	7・14・21・28	19:00~20:30	花の木小学校 体育館
	健康ヨガ ※6	7・14・21・28	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	8・22	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	1・15・22・29	10:30~11:30	金町地区センター 5Fホール
	イス体操	8・22	13:30~14:30	水元学び交流館 視聴覚室
	トランポリン 高校生以上~一般 (要 事前申し込み 4人まで) ※3 ※5	8	14:00~15:00	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	スポーツ(健康)ダーツ	1・8・15・22	14:00~16:00	水元総合スポーツセンター (3F)第1・第2会議室
土	シェイプアップ・ウォーキング	9・16・23・30	9:00~9:40	水元総合スポーツセンター (3F)第1・第2会議室
	パワー・ヨガ ※6	9・16・23・30	9:50~10:50	水元総合スポーツセンター (3F)第1・第2会議室
	現代俳画(水墨画)教室 ※1	9	14:00~16:00	水元総合スポーツセンター (3F)第1会議室
	カローリング ※3	9	14:00~16:00	水元総合スポーツセンター 地域交流ホールA・B・C
日	ボッチャ ※3	10	9:30~11:30	都立水元小合学園 第2体育館
	ボッチャ ※3	17・31	9:00~11:00	水元総合スポーツセンター (3F)第1・第2会議室
	スポーツ太鼓	10・17	19:00~20:30	水元学び交流館 視聴覚室

- ☆ 夜間プログラムの小学生の参加は午後8時までです。
小学生の夜間プログラム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。
- ☆ 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。
- ☆ 感染症等の予防や健康管理のためうがいや手洗いを励行下さい。
- ☆ 各プログラム活動中の水分補給はご自身で用意願います。

R8年5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 (I期)	11・18・25	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 1・2 (I期)	11・18・25	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)	11・18・25	I 16:30~17:30 II 17:30~18:30 III 18:30~20:00	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 (I期)	11・18・25	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	12・19・26	9:30~11:00	水元総合スポーツセンター (3F)第1・2会議室
水	元気体操教室	6・20・27	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	1・15	9:30~11:00	水元総合スポーツセンター (2F)地域交流ホールA
	トランポリン・一般	8・15・22	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 (I期)	8・15・22	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1・2 (I期)	8・15・22	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)	8・15・22	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

R8年5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	11・18・25	3,500円 (全7回)	13:30~14:30	さくらみち集い交流館 会議室
火	ランニングスクール	12・19	6,600円 (全4回)	第1部(小1-2年生) 16:30~17:25	水元総合スポーツセンター 多目的広場A
	ランニングスクール	14・21		第2部(小3-6年生) 17:30~18:25	
木	リズムカルキック ※4	14・28	7,200円 (全6回)	15:45~17:00	カナマチぷらっと 視聴覚室
	「二十四節気」気功法 ※4	7	3,600円 (全3回)	13:15~14:45	カナマチぷらっと 視聴覚室
	折り紙教室 ※1	28	2,100円 (全3回)	10:00~12:00	西水元地区センター 会議室
金	はつらつ健康体操I期(高砂会場) 定員 20人	1・8・15	3,500円 (全7回)	13:30~14:30	高砂地区センター ホール
	はつらつ健康体操II期(高砂会場) 定員 20人	22・29	3,500円 (全7回)	13:30~14:30	高砂地区センター ホール
	ゆったり体操 ※4 定員 30人	1・15・22・29	4,000円 (全8回)	9:15~10:15	金町地区センター ホール
	健康マージャン教室 定員 16人	1・15	参加一回 500円	9:00~12:00	西水元地区センター 会議室
土	手話教室(初級) 小学4年生~一般 定員15人	30	7,200円 (全6回)	14:15~15:15	水元総合スポーツセンター (2F)地域交流ホールA

※1 指導・準備の都合上、事前申し込み制とさせていただきます。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時以降の問い合わせ・・・水元総合スポーツセンター受付(TEL03-3609-8182)へ

※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。

※5 先着4名様までの事前申込制です。参加ご希望の方はクラブハウスまでご連絡ください。

※6 敷物(ヨガマットかレジャーシート・バスタオル等)をご用意ください。



一般社団法人

オール水元スポーツクラブ



掲 示 板 5月号 No.156

* 報告

- 4月22日(水) オール水元スポーツクラブ第14回定期総会
水元総合スポーツセンター 地区センターホールA

* 会員さんの活躍報告

- バドミントン 令和8年度区民体育大会春季大会 令和8年4月19日(日)

種目	優勝
女子ダブルス4部	戸坂恵美子さん 大谷 美穂さん



- 健康吹矢

- R7年度区民春季スポーツウェルネス吹矢大会 R8年3月14日(土)

種目	男女別	1位	2位	3位
6m	男子	田代 和男さん	伊藤朝太郎さん	河田 和隆さん
	女子	佐戸井久子さん		
8m	男子		永井義章さん	
	女子	小松真理子さん	松本 孝子さん	
G8m	男女混合	磯崎 秀義さん	磯崎 久子さん	
10m	男子		野口 実さん	
	女子	船山政子さん	伏見 啓子さん	



- 第18回スポーツウェルネス吹矢 東京東総支部大会 R8年4月6日(月)

種目	男女別	1位	2位	3位
6m	男子	—	河田和隆さん	永井義章さん
8m	男子	—	野口 実さん	—
10m	女子	船山政子さん	—	—

* 今後の予定

- 5月20日(水) 評議委員会 水元総合スポーツセンター地区センターホールA
水元・西水元連合町会長、地区委員会会長、監事、理事長、各部部長、相談役

* 事務局から

- * 令和8年度が順調にスタートしました。

* 会計部からお願い

- * 会費のお支払いについての書類提出のお願い

これまで入会時に会費の納入方法など説明して参りましたが、会費の改訂などがありましたのでこの度会員全員に文章で確認・提出させていただく事になりました。

【クラブハウス開設日・時】 月～土 午前10時～12時 午後1時～5時 (祝日は休みになります)

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、5月13日(水)が休館日です。



一般社団法人 オール水元スポーツクラブ

*文部科学省から“生涯スポーツ優良団体”を受賞。

ホームページアドレス

all-mizumoto-sc.jp/

Tel. 03-5876-9188

FaX. 03-5876-9189