

コムスポクラブ東厨川・ニュース

○教室・サークルの紹介 ○イベントの紹介 ○会員募集！

コムスポクラブ東厨川：盛岡市前九年3丁目9-37 電話・FAX：019-641-8484 発行責任者：中村 靖夫
http://www.morioka-21net.com/comispo-hk/

【総合型地域スポーツクラブ】



コムスポクラブ東厨川

コムスポクラブ 東厨川の目的

これまでスポーツ
をやりたくても
できなかった人や、
経験のない人でも、
スポーツで
気軽に楽しんで
もらいながら、
健康づくり
仲間づくり
地域づくり
ができるクラブを
目指しています。

会員になってクラブの
運営に参加しませんか？
会員・運営委員を
募集しています！

スポーツくじ



スポーツ振興くじ助成事業

後期も元気に活動中！

コムスポクラブ東厨川は、昨年12月に設立10周年を迎えました。年々仲間が増えて今年度の会員数は現在229名！たくさんの方々に満足いただいています。地域におけるスポーツの振興に顕著な成果を上げたことが評価され「平成29年度生涯スポーツ優良団体」として、コムスポクラブ東厨川が文部科学大臣表彰を受けました。10月6日（金）に行われた表彰式には中村会長が出席し、文部科学大臣から表彰状と記念品の楯が授与されました。



小学生から大人まで、愛好者が和気あいあいと活動しています。

剣道・居合道教室



ニュースポーツサークル



ルールは簡単、誰でも気軽に始められます。



雨が降っても
雪が降っても
プレーできます！



グラウンドゴルフサークル


平成29年度 教室・サークル

種目		対象	日時	期間	会場	指導者	料金/備考
小学生テニス☆	初中級者・中級者コース	会員 小学生	第1・3 土曜日 9:00~11:00	通年	屋内ゲート ボール場 	NPO法人 テニス チャレンジいわて 2020指導者	<u>※各コースとも 定員に達しまし たので、後期の 募集は行いませ ん。</u>
	初心者・初級者コース		第2・4 土曜日 9:00~11:00				
ミニバスケット☆	小学生の部	会員 小学生	月2回 土曜日 14:00~ 17:00	通年	厨川小学校 他 	佐達 則之 (日本バスケットボ ール協会公認コーチ) 工藤貴恵子	月会費:400円 (後期2,400円) ※一括納入をお願いします
	サークルの部	会員 中学生~ 一般	または日曜日 15:00~ 17:00			サークル	無料
剣道・居合道		会員 小・中・高生 一般男女	日曜日 9:00~ 11:00	通年	厨川活動センター 体育館	柴田 裕幸 他 有段者	無料 見学できます!
軽体操☆ (軽い体操・ストレッチ・踊りなど)		会員 一般男女	金曜日 10:00~ 12:00	通年	厨川活動センター 体育館 他	伊東 まさ 工藤 恵子 高橋 範子	月会費:1,000円 (後期6,000円)
エアロビクス☆		一般男女	月3回 土曜日 19:00~ 21:00	通年	厨川児童センター 遊戯室 他	我妻 和子 (社)日本フィットネス 協会インストラクター	会 員 月会費:1,500円 非会員 1回 1,000円
ボウリング		一般男女	月2回 月曜日 10:00~ 12:00	通年	マッハランド ※屋内ゲートボール 場前より送迎あり	プロボウラー	会 員 1回 600円 非会員 1回 1,000円
ラージボール 卓球		会員 一般男女 (初めての方歓迎)	木曜日 金曜日 13:00~ 15:00	通年	厨川活動センター 体育館	サークル	無料 木曜日か金曜日の どちらかを選んで 参加いただけます。
ニュースポーツ		会員 一般男女 (高齢者歓迎)	金曜日 13:00~ 15:00	通年	厨川活動センター 体育館	サークル	無料
グラウンド ゴルフ		一般男女	水曜日 10:00~ 12:00 木曜日 9:00~ 11:00	4月 ~ 12月 ~	屋内ゲート ボール場 他	サークル	プレー代: 会 員 1回 100円 非会員 1回 200円
ソフトボール		中学生以上 男女	日曜日 6:00~ 8:00	4月 ~ 10月	前九年公園 グラウンド 	サークル	会 員 無料 非会員 1回 200円


★会員でない方も参加できます★

体力測定会☆

10月13日(金) 10:00～

場 所：厨川地区活動センター体育館 
 参加費：無料 対象：65歳以上
 内容：握力・上体起こし・長座体前屈・開
 眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行

ボウリング大会

① 10月23日(月) 10:30～ 
 ② 3月 5日(月) 10:30～


場 所：マッハランドボウリング場
 参加費：会員 800 円 非会員 1,500 円
 ※ゲートボール場前より送迎バスが出ます！

ニュースポーツ交流大会☆

11月17日(金) 9:30～

場 所：厨川地区活動センター体育館
 参加費：無料・参加賞あり

ダーツ交流大会

2月21日(水) 13:00～ 

場 所：厨川老人福祉センター集会室
 参加賞あり

★初心者大歓迎！参加者大募集中★

エアロビクス教室

老若男女大歓迎！

楽しく身体を動かしてリフレッシュしてみませんか？

- 月3回土曜日
19:00～21:00
- 厨川児童センター遊戯室



ミニバス教室

中学生や大人も参加して、小学生と一緒に汗を流しています♪ご家族でどうぞ！

- 月2回土曜日（または日曜日）
14:00～（15:00～）
- 厨川小学校・厨川地区活動センター体育館



軽体操教室

気軽に無理なく続けられます！転倒防止や筋力維持のための簡単な体操で若々しくなしましょう♪

- 金曜日10:00～12:00
- 厨川地区活動センター体育館



後期会員募集中★年会費半額！

【お問い合わせ】

コミスポクラブ東厨川
 盛岡市屋内ゲートボール場内

TEL・FAX 641-8484

スポーツくらぶ



スポーツは育てることができる。

スポーツくらぶ(LOTO・BIG)の収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

29年度後期会員募集中！

会員になるとお得です

- 定期的・継続的なスポーツ活動ができます。
- 複数の種目に参加するほどお得です。
- 定期的に広報誌・イベントの案内をお届けします。
- イベントなどの参加料の割引があります。
- 地域の人と交流ができます。
- 運営に参加できます。皆さんの意見が反映できます。



★後期会員は年会費が半額になります★

☆沿岸被災地から避難されている方は年会費が免除になります☆

年会費	個人	一般	3,000円 1,500円	種目により月会費あり
		小・中学生	2,000円 1,000円	小学生テニス・月会費あり ミニバス・月会費あり
		グランドシニア (80歳以上)	2,000円 1,000円	種目により月会費あり
	家族	ファミリー (何人でも)	4,000円 2,000円	種目により月会費あり
保 険	スポーツ安全保険（一般年間 1,850円・65歳以上 1,200円・中学生以下 800円） ○ 補償額：【一般・中学生以下】死亡で2,000万円・入院4,000円・通院1,500円（1日） 【65歳以上】死亡で600万円・入院1,800円・通院1,000円（1日） ○ 対 象：団体の管理下における活動中及び通常の経路往復中			

<会員申込書> 個人・ファミリー（どちらかに○を）

<種目> ①小学生テニス②ミニバス③剣道・居合道④軽体操⑤エアロビクス⑥ボウリング
 ⑦ラージボール卓球⑧グラウンドゴルフ⑨ニュースポーツ⑩ソフトボール
 多種目可、参加を希望する種目の番号を種目欄にお書き下さい。

NO	氏 名	住 所	電 話	年 齢	性 別	学 校 名・学 年	種 目	保 険
例	クハカ タカ 厨川 太郎	〒020-0127 盛岡市前九年3丁目9-37	641-8484	12	男・女	厨川小 6年生	①③⑩	○
1					男・女			
2					男・女			
3					男・女			
4					男・女			
5					男・女			

※ご記入いただいた個人情報、クラブの運営に関する業務にのみ使用致します。

★お申し込み・お問い合わせ★

○随時受け付けています。

○申し込み用紙に記入し、FAX又は直接事務局までお申し込み下さい。

○受付時間：月～土の9時～17時をお願いします。

【コムスポクラブ東厨川】盛岡市前九年3丁目9-37 盛岡市屋内ゲートボール場内
 電話・FAX：641-8484