

令和4年度やまが総合スポーツクラブ定期総会を開催します！

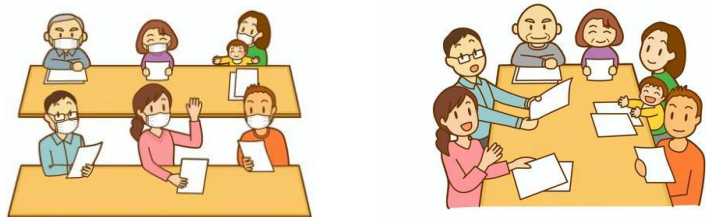
令和4年度の活動がスタートして、2ヶ月が経ちました。今年度のやまが総合スポーツクラブの定期総会を6月に開催します。例年は役員での総会開催でしたが、今年度より会員の皆様方にも総会に参加して頂きたいと思っております。下記に日時や場所を載せています。また別紙で総会のご案内を同封しております。必読して頂き、ご多忙の事と思いますが是非お誘いあわせの上、ご参加ください。

令和4年度 やまが総合スポーツクラブ定期総会 について

日時	令和4年 6月18日（土）	午前10時から
場所	山鹿市交流センター中会議室1（市役所横公民館）	☎43-1081
議題	令和3年度活動報告 令和4年度計画 その他意見交換など	

※別紙のご案内に、委任状がついています。参加の難しい方はクラブ事務局（総合体育館内）の方までご提出ください。

※指導協力者の方には、総会と総会後に行う定例会のご案内も同封しております。目を通して頂き、ご参加頂きますようお願いいたします。



～クラブより～

※裏面プログラムについて

・6月のプログラムは会場（総合体育館）が使えない期間があり、中旬がお休みになったり、曜日や会場が変更になっている種目があります。ご理解よろしくお願いします。

・各プログラムとも会場や活動日、活動時間が決まっていますが、その時の状況により変更がありますので、必ず時間や曜日を確認してください。また、広報発行後の急な変更もありますので、連絡方法の確認をお願いします。（前号に載せております）



梅雨の時期でもあり、家の中で過ごす事が多くなるかもしれません。家の中で親子で出来る「アクティブチャイルドプログラム」の遊びを紹介するので、親子や兄弟で試してみてください。



- 遊び方**
- 2人で向かい合って立ち、じゃんけんをします。
 - 負けた人は、両足を左右に開きます。
 - じゃんけんを続けて、開脚していき、立っていられなくなった人の負けです。

楽しく遊ぶための工夫

▶ すぐに勝負がつかないように、左足も右足も、それぞれ足の横幅ほどだけ開くようにしましょう。



- 遊び方**
- 横並びに座って、両足を伸ばします。
 - じゃんけんをして、勝った人は、お尻を動かして前に進みます。
*グー（グリコ）で勝ったら3歩、チョキ（チョコレート）で勝ったら6歩、パー（パイナップル）で勝ったら6歩、前に進むことができます。
 - タオルなどを置いてゴールを決めておき、先に足がゴールに到着した人の勝ちです。

楽しく遊ぶための工夫

▶ 足の付け根から大きく動かして、どんどん前に進みましょう。



- 遊び方**
- ビニール袋をふくらませて、ボールの代わりにします。
 - 2人でしりとりをしながら、ビニール袋を蹴り合います。
 - 言うことを考えている間は、1人でリフティングを続けます。



- 遊び方**
- 5枚重ねた新聞紙を丸めて、テープでとめて、ボールをつくりま。
 - ボールを立てて、倒れる前にキャッチします。キャッチするまでの間に手を何回叩けるか、チャレンジしてみましょう。
 - キャッチするまでの間に、からだをクルンと一回転してみましょう。



- 遊び方**
- ねじった新聞紙で輪（リング）をつくり、テープでとめます。
 - 1人がリングを投げて、もう1人がキャッチします。
 - リングを片手に通したり、片足に通したり、いろいろな方法でキャッチしてみましょう。

楽しく遊ぶための工夫

▶ 「投げる役」と「キャッチする役」を交代して遊びましょう。

やまが総合スポーツクラブ 2022年6月プログラム
 ※プログラムは変更になる場合があります。

種 目 曜 日	対象者	会 場	時 間	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
				水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
バドミントン	小学生～一般	※山鹿市総合体育館 第2アリーナ	※PM 7 時～9 時		☆							☆														○	第1アリーナ						☆
バレーボール	初級コース	山鹿中学校体育館	PM 8 時～1 0 時			☆							☆							☆							☆						
	キッズ(小学3年生まで)	山鹿中学校体育館	PM7時半～PM8時半			☆							☆							☆							☆						
	初級コース	大道小学校体育館	※PM 7 時半～9 時半						☆							☆							☆							☆			
陸 上	幼児～一般	※第2グラウンド	※AM8時半～1 0 時半				☆							☆									○							○	球場横古墳		
		※第1グラウンド	PM6時～PM7時半			☆							☆						☆														
ハンドボール	小学生	※オムロン鹿陽センター	PM 6 時～7 時半	○	総合体育館第2アリーナ						☆							☆														☆	
バスケットボール	小学生～一般	山鹿小学校体育館	PM 6 時～8 時				☆							☆							☆							☆					
卓 球	小学生～一般	月曜:総合体育館 第1アリーナ	AM 9時半～11時半											○	金曜 第1アリーナ半面															☆			
	小学生～一般	水曜:総合体育館 第1アリーナ	AM 9時半～11時半	☆							☆																					☆	
	小学生～一般	総合体育館 第1アリーナ	PM 7 時～9 時																○													○	
空手道	幼児～一般	※総合体育館 第1アリーナ	PM 7 時～8 時半						☆							☆							☆							☆			
太極柔力球	小学生～一般	※総合体育館 第1アリーナ	PM 7 時～9 時						☆							☆							☆							☆			
健康ビーチバレー	50歳以上	※総合体育館 第1アリーナ	AM 9 時半～11 時半	☆							☆						○	鹿本体育館		○	鹿本体育館				○	鹿本体育館						☆	
バウンドテニス	小学生～一般	総合体育館 第2アリーナ	※PM 8 時～10 時		☆							☆														☆						☆	
剣道	中学生～一般	三玉小体育館	PM 8 時～1 0 時	☆		☆			☆		☆		☆			☆		☆		☆			☆		☆		☆			☆		☆	
運営委員会		総合体育館会議室	PM 7 時～																		☆												
種 目 曜 日	対象者	会 場	時 間	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
				水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木