

**全員参加賞あります！**

総合型地域スポーツクラブ  
NPO法人クラブ Joy 広報誌

発行：令和5年11月24日  
制作：広報部会

第65号

# Joyまつり

**参加  
無料**

**12月3日(日)**

午前9時から午後1時まで  
城南屋内グラウンドにて

会議室

南砺市城端地域体育協会・クラブJoy合同企画

## ビジョントレーニング -視機能トレーニング法-

対象：小学4年生～6年生 9:00～10:00 講師：ビジョンアセスメントトレーナー  
中学1年生～2年生 10:15～12:00 企画：城端地域体育協会・クラブ Joy 合同企画  
持ち物：運動できる内履きスック、飲み物、タオルなど

どのスポーツにも、動体視力・視聴能力と密接な関係があるといわれています。  
まずは簡単に始められるトレーニングを学びましょう。現在の眼の状態がわかります。



アリーナ

遊びはもちろん！パタンク大会や教室発表などなど・・・イベントがたくさん★

### ① 滑り台、手形パツタン、工作づくり(とんぼくん)、輪投げなどなど… (9:30～11:30)

受付時にスタンプカードを配布します。  
輪投げ、ストラックアウト、工作づくり、手形パツタンに参加するとスタンプがもらえます。  
すべてのスタンプを集めると景品がもらえます★ 対象年齢はありません！



### ② パタンク大会 (10:00～12:00)

1チーム3名で集まった小学生から高齢者までの熱い激戦が開幕します！

### ③ クラブ Joy 教室発表 三味線・城涛会・フラガール (11:30～12:00)

### ④ 抽選会 (12:00～12:15) ⑤ ふるまいもち (12:15～)

**パタンク大会  
参加チーム募集中!!**

1階ロビー

クラブ Joy 文化教室の作品を展示しています！

\*パッチワーク \*基本書道 \*フラワーアレンジメント \*ガーデニング隊 \*マナーキッズ sports \*秋の特別企画

Joyまつり終了後は16時30分まで通常営業いたします

※アリーナの使用はできません



**エア滑り台**

エア滑り台は一度に4人まで！  
※必ず保護者同伴をお願いします。  
※3歳から小学2年生まで。

**手形パツタン**



**餅つき体験  
&  
ふるまい餅**

(キリトリ)



**作品展示**

**教室発表**



**パタンク大会**

Joyまつり参加申込み (パタンク大会) 11月27日(月) 締切り

**豪華景品あり!!**

チーム名	参加者名(1チーム3人)			
※7文字以内	代表者 氏名	氏名	氏名	氏名
	(代表者連絡先)			

※大会に参加できなくなった場合、代表者は事前にご連絡ください。  
※チーム数が集まり次第募集を締め切ります。

# 4期(1月~3月)・後期教室(10月~3月)のご案内

お申し込みはクラブ Joy 窓口までお願いします。途中からの参加も受け付けております。  
 ※後期教室は教室名に★がついています。

曜日	時間	教室名	受講料	初回日	回数	講師
月	10:00~11:00	筋力・体力作りエクササイズ	3,500円	1月15日	全 9 回	坂下 朋子
	19:00~19:50	ストレッチ & マットピラティス	3,500円		全 9 回	村上由美子
	20:00~21:00	パワーJoyエアロ	3,500円		全 9 回	村上由美子
火	18:50~19:50	健康アップ太極拳(中学生~高齢者)	3,500円	1月9日	全 9 回	吉江 宅雄
	20:00~21:00	デトックス & スローピラティス	3,500円		全 9 回	上田 紀子
水	20:10~21:25	ヨーガ	4,500円	1月10日	全 9 回	堀川ゆう子
木	10:00~11:00	いきいき 3B体操	3,500円	1月11日	全 9 回	小西志津子
	19:00~20:00	あなたもフラガール	3,500円		全 8 回	フェイ幸恵佐藤
	20:15~21:15	パレトン	3,500円		全 9 回	上田 紀子
金	10:30~11:30	楽ヨーガ	4,500円	1月12日	全 9 回	堀川ゆう子
	20:00~21:00	さわやかフィットネス	4,500円		全 9 回	斉藤美千子
土	14:30~15:45	ひきしめピラティス	3,500円	1月20日	全 9 回	坂下 朋子
	16:00~16:50	パークス	3,500円		全 9 回	坂下 朋子
	16:00~18:00	★基本書道(年長~中学生)	4,000円	1月13日	全 15 回	上田 北山
	19:00~21:00	★ソフトテニス特練教室(小学6年~高校生)	4,000円	1月13日	全 20 回	近川 利行

## ヘルスボディメイク教室

肥満状態は高血圧、高血糖、脂質異常のリスク要因であり、且つそれらの生活習慣病の改善には減量が必要不可欠であることから、減量に特化した教室を企画しました。

※この教室は南砺市健康課から委託され実施します。よって個人情報等報告しますが、情報は教室の評価のみ使用します。

- 【日 時】 土曜日 13:00~14:00 全8回  
 1月20日、27日 2月3日、10日、17日 3月2日、9日、16日
- 【対 象】 南砺市に住所を有する40~74歳以下で、以下のいずれかに当てはまる方  
 体格指数(BMI)が25~29.9の方、もしくは腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上
- 【定 員】 15人 【場 所】 城南屋内グラウンド フィットネスルーム他
- 【受講料】 無料 【持ち物】 内履きズック、飲み物、タオル等
- 【講 師】 坂下 朋子(FTPピラティスアカデミー富山代表)、健康運動指導士他 【申込締切】 1月13日(土)

### 休館のお知らせ

12月29日(金)~1月3日(水)

上記の間中は完全休館とさせていただきます。

※1月4日(木)は午前9時から開館いたします。

ご了承のほど、よろしくお願いいたします。

TEL : 0763-62-2701  
 FAX : 0763-62-2718  
 MAIL : info@clubjoy.jp  
 開館時間: 平日 9:00~21:00  
 日祝日 9:00~16:30

NPO 法人 クラブ Joy  
 南砺市城南屋内グラウンド内 事務局  
 〒939-1861  
 南砺市城端字吉兵衛島310  
 HP : http://www.clubjoy.jp/

### 申し込み用紙

※希望教室に☑ をしてください。

ヘルスボディメイク教室
-------------

※申込期限 1月13日(土)

＜氏名＞ \_\_\_\_\_ 歳

＜年齢＞ \_\_\_\_\_

＜会員 No.＞ \_\_\_\_\_ 男 ・ 女

＜住所＞ \_\_\_\_\_

＜連絡先＞ \_\_\_\_\_