

# スポーツ・健康

## ○スポーツ

No	団体名	活動内容	活動場所	活動日時	対象者	会費
1	阿賀野AC	陸上競技	安野小学校ほか、 ピックスワン、新発 田市五十公野陸上競 技場など	毎週土曜日、隔週月曜日	小学生	1,000円/年
2	阿賀野市還暦軟式野球倶楽部 野球の子	軟式野球	水原球場	毎週水・土曜日 午後1:30~3:30	大人	20,000円/年
3	阿賀野市弓道会	弓道	水原総合体育館 弓 道場	土・日 午前9:30~11:30 火・水・金 午後7:30~9:00 火・水 午前10:00~11:30	中学生 高校生 大人	大人：8,000円/ 年 高校生・中学 生：2,000円/ 年
4	阿賀野市ミニテニス協会	ミニテニス	水原総合体育館	月・水曜日 午前9:30~11:30 金曜日 午後1:30~3:30	大人	100円/回 2,000円/年
5	京ヶ瀬フットサルクラブ	フットサル	京ヶ瀬屋内運動場	第1月曜日 午後7:00~8:30 月1~2回土曜日 午後7:00~9:00	園児~大人	会員1回300円 家族上限500円 会員外1回500 円
6	Kみどり テニスクラブ	硬式テニス	京ヶ瀬体育館	毎週月・木曜日 午後8:00~9:30	大人	12,000円/年
7	拳照会	空手道	安田小学校体育館	毎週火・木曜日 午後7:00~9:30 毎週土曜日 午後6:30~9:30	どなたでもOK	3,000円/月
8	笹神ゲートボールクラブ	たのしみながら健康維持 ボケ防止	笹神屋内運動場	今のところ火曜日のみ練習	大人	300円/回
9	笹神ジュニアバドミントンクラ ブ	バドミントン	笹岡小、神山小、笹 神中	毎週火・水・木・金曜日 午後7:00~9:00	小学生 中学生 大人	1,000円/月
10	笹神マスターズ	少年野球	笹神屋内運動場、笹 岡小学校グラウンド	水・土・日曜日	小学生	10,000円
11	笹神バレーボールスポーツ少年 団	バレーボールの練習及び トレーニング等	月・水・土曜日:笹神 中学校体育館 木曜日:笹神体育館	毎週月・水・土曜日 午後6:30~8:30 毎週木曜日 午後6:30~9:30 ※小学生は20:00まで	小学生 中学生	5,000円/年 (保護者会費)
12	水空会	空手道稽古	月曜日 水原総合体育館柔 道場 水・土曜日 水原総合体育館剣 道場 木曜日 水原小学校体育館	初級コース:水・土曜日 午後7:00~8:30 中級コース:水・土曜日 午後7:00~9:30	小学生 中学生 大人	初級コース 1,000円 中級コース 2,000円
13	水原少年卓球クラブ	スポーツ少年活動(卓 球)	水原総合体育館	毎週木曜日 午後7:00~	小学生 中学生	3,000円/年

No	団体名	活動内容	活動場所	活動日時	対象者	会費
14	水原卓球同好会	ラージボール卓球	水原総合体育館	毎週火・金曜日 午前9:00~12:00	大人	入会金500円 6,000円/年(4月一括)
15	チアーズ	軟式野球(一般)	水原球場 立川記念屋内球場		大人 その他:マネージャー	入会費10,000円 10,000円/年
16	新潟トレジャーFC	サッカー	水原中学校グラウンドなど	平日 午後7:00~9:00	園児~中学生	1,000円/月
17	新潟ミニテニス連盟	ミニテニスの練習、大会、ふれあいミニテニス教室(一般公募)	水原総合体育館 水原小学校体育館	毎週月・土・日 午後7:00~9:00	小学生 大人	3,000円/年 100円/回 (月・土曜日)
18	ハローレ京ヶ瀬Jr.	サッカー・フットボール	京ヶ瀬小学校グラウンド 京ヶ瀬体育館 京ヶ瀬屋内運動場 安田体育館 旧大和小学校グラウンド・体育館	火・金曜日 午後7:00~9:00 水曜日 午後6:00~8:00 日曜日 午前9:00~11:30 ※別途、土日などに試合が入る場合あり	園児、小学生	年中~兄弟2人 目以降:1,000円/月 1~2年生:1,500円/月 3~6年生:2,500円/月
19	ピクトリーやまと	ドッジボール	月曜日:安田小学校 水・土:大和小学校	毎週月・水・土曜日 午後6:30~9:00	園児 小学生	1,000円/月
20	フラワーテニスクラブ	硬式テニス	テニスコート	火曜日 午後7:30~9:00 日曜日 午後2:00~4:00	大人	500円/回
21	フレッシュクラブ	バドミントン	笹神中学校体育館	毎週水曜日 午後8:00~9:30	大人	200円/回
22	分田柔道クラブ	柔道の練習	分田小学校体育館	毎週月・金曜日 午後7:00~9:00	誰でも	5,000円/年 その他保険料
23	安田剣道スポーツ少年団	剣道の練習	安田中学校・安田小学校	毎週月曜日(安中) 午後7:00~9:30 土曜日(安小) 午前9:00~11:30	園児~中学生	1,000円/月
24	安田柔道スポーツ少年団	柔道	安田体育館 柔道場	毎週月・水・金曜日 午後6:30~9:30 (小学生午後8:00まで)	小学生 中学生	10,000円/年
25	安田卓球スポーツ少年団	卓球の練習	安田体育館	毎週水曜日 午後7:00~9:30	小学生 中学生	3,000円/年
26	安田フライングFC	サッカー・フットサル	安田体育館他	毎週水曜日 午後6:00~8:30	小学生 中学生	10,000円/年
27	安田ミニバスケットボール	バスケットボール	旧大和小学校体育館	毎週月・木曜日 午後6:00~8:00	小学生	6,000円/年 1,000円/月

No	団体名	活動内容	活動場所	活動日時	対象者	会費
28	安田リトルエンジェルス	バレーボール	安田体育館	毎週火曜日 午後6:00~8:00 木曜日 午後6:00~8:30 土曜日 午前9:00~12:00	小学生	5,000円/年
29	Yogini (ヨギーニ)	ヨガ	安田交流センター他	毎週水曜日 10:00~11:30	大人	2,000円/月

○健康づくり・体操

No	団体名	活動内容	活動場所	活動日時	対象者	会費
1	ID Yoga	呼吸を深めてゆっくりとヨガのポーズをとり、リラクセス、リフレッシュする時間を楽しんでいます。	水原公民館 2階 日本間	毎週火曜日 午後7:30~9:00	どなたでも	2,000円/月
2	いきいき3B体操	ボール、ベル、ヘルター等の用具を使い、音楽に合わせて楽しく体操を行う	瓢湖憩の家	火曜日(月3回) 午後1:30~3:00	大人	入会費1,000円 2,000円/月 保険料100円 (任意)
3	姥ヶ橋運動教室	シニア向けの全身運動	京和荘	毎週水曜日 午前10:00~11:30	大人	1,000円/月
4	元気サークル	健康づくりのためのコンディショニングを行っています。	水原公民館 大講堂	毎週水曜日 午後1:15~2:30	大人(男性)	2,000円/月
5	健康体操真向会	四つの基本動作、真向法体操を主にやります。動く事で血流を良くして、元気に日々を過ごせます。	瓢湖憩の家	毎月第2・4土曜日午前	大人 (老・若・男・女どなたでも)	2,000円/月
6	健康ヨガ コスモス	ヨガと健康体操	京和荘	毎週金曜日(月4回とする)	大人	2,000円/月
7	さわやかくらぶ	健康体操	福祉会館	毎週木曜日	大人	2,500円/月
8	さわやか3B	3B体操	水原公民館	第1・2・3火曜日 午後1:30~3:00	大人	2,000円/月
9	にこやかサクラ会	運動教室	福祉会館	第3木曜日	大人	3,000円/年
10	シャキ!いき!スマイルクラブ	軽い運動	安田交流センター	毎週火曜日(月4回)	大人	

No	団体名	活動内容	活動場所	活動日時	対象者	会費
11	城のうち ヨガクラブ	ヨガ	安田交流センター	毎週火曜日 午後1:30~3:00	大人	2,500円/月
12	水原少年剣士会	剣道稽古 ほか	水原総合体育館 剣道場	毎週火・金曜日 前半 午後7:00~8:20 後半 午後8:30~9:10 (希望者)	園児 小学生 中学生 大人	500円/月 保護者会会費 3,000円
13	スマイルけんこつ体操	けんこつ体操	瓢湖憩の家	毎週水曜日 午前10:00~11:30	大人	500円/月
14	太極拳愛好会	太極拳の練習	瓢湖憩の家	毎週金曜日 午後12:30~4:00	大人	1,000円/月
15	太極拳京ヶ瀬教室	太極拳を通し、足・腰を鍛え、会員同士の親睦を深める	京和荘 1階「多目的ホール」	3月~12月 月3回(火曜日) 午後7:00~9:00	大人(男女、年齢は問わない)	1,500円/月 剣の練習は +500円
16	はつらつくらぶ	軽運動	水原公民館 大講堂	毎週月曜日 午前10:00~11:30	大人(女性)	2,000円/月
17	ヘルスアップ教室	リズムに合わせて有酸素運動及びストレッチを行います。	安田交流センター 1階 集会室	毎週金曜日	大人	2,000円/月
18	緑岡運動教室	体操、脳トレーニング、レクダンス	京和荘 多目的ホール	毎週木曜日 午前10:00~11:45	大人	500円/月
19	やさしい太極拳養気会	太極拳	瓢湖憩の家	毎週火曜日 午後1:30~3:00	大人	2,000円/月
20	やすだフィットネスクラブ	フィットネス機器を利用した健康づくり	安田交流センター	毎週木曜日 午前10:30~11:30	大人	2,000円/月 ※冷暖房使用時追加あり
21	Yogaクラブふらわぁ	こころとからだを元気にする呼吸法とYoga心身をリラックスさせ、負担をかけない身体の使い方を楽しく学びます。しなやかな筋力を保ち身体機能・免疫力を高めましょう!	水原公民館 2階日本間	第2・4月曜日 午前10:30~11:30 毎週火曜日 午前10:00~11:30 (第5週はお休み) 毎週木曜日 午後14:00~15:30 (第5週はお休み)	大人	月曜日クラス: 2,000円/月 火・木曜日クラス: 3,000円/月

No	団体名	活動内容	活動場所	活動日時	対象者	会費
22	るるるん体操	ストレッチ、軽い運動、健康づくり	京和荘	毎週金曜日(月4回) 午前10:00~12:00	大人	2,500円/月

○野外活動・レクリエーション

No	団体名	活動内容	活動場所	活動日時	対象者	会費
1	阿賀野市レクリエーション協会	レクリエーション全般、サークル、国体支援	市内どこでも	どこでもOK	小学生 中学生 大人	なし
2	アクロス山とスキーの会	山とスキー、自然を愛する者たちで構成するサークルです。冬はスキー、それ以外は登山を行っています。笹岡小の五頭登山へのボランティアも行っていきます。	会員で討議して決めた山、スキー場で活動しています。	登山：月1~2回 スキー：月4~5回	大人	4,000円/年 その他、例会毎に交通費等を集めます。
3	うすゆき山の会	登山山行、登山道整備活動	近郷山塊他	随時	大人	3,000円/年
4	五頭自然郷をつくる会「森のこだま」	①座ってやること：お茶出し、自然素材で工作・葉草茶づくり、鶏の見守り等 ②森の中で動くこと：動植物・虫の観察、種まき・幼木の植え替え、枯れ枝拾い、ごみ拾い、駐車場清掃、自然素材集め等々 ③自分の特技で催し開催（自然の中でこそその体験指導）例…竹の食器づくり、木の実工作、植物案内等々 ④有償ボランティア：炊事場・かまど・トイレ清掃、薪の準備ほか補助作業	五頭山麓いこいの森 五頭薬用植物園 周辺地域	火・水曜日休み 冬季、悪天候休み 希望日午前10:00~午後4:00(1時間~)	お子様から高齢の方、体の良し悪し関係なし。自然の中でゆっくり過ごしたい方から動きたい方、やりたいことのある人からやりたいことを探している人まで。	会費なし。ボランティア登録保険は会で払います。
5	水原山の会	山好きの地域社会人によるサークルで四季を通じて地元や東北、甲信越の山々を中心に登山を楽しんでいる。	クラブハウス・地元や近隣県の山	例会：毎月第2・第4水曜日 午後7:00~ (クラブハウス兼倉庫) 月例登山：月1回 (年間計画に基づき、地元や近隣県で登山)	大人	3,000円/年 入会金1,000円
6	ボーイスカウト阿賀野第一団	野外活動(自然体験)、キャンプ、工作、海外派遣事業など	県内キャンプ場 福祉会館	毎月2回、土日	小学生 中学生 高校生	3,000円/月

○エアロビクス

No	団体名	活動内容	活動場所	活動日時	対象者	会費
1	京ヶ瀬エアロビクスレディース	エアロビクスを通して、健康増進と体力維持と日頃の運動不足を解消します。	京ヶ瀬中学校体育館	毎週火曜日 午後7:30~8:30	大人 小・中・高校生 の方はいつでも 無料で参加でき ます。	2,500円/月