



よってかっしえクラブ通信

2018年8月／9月号 発行：よってかっしえクラブ事務局

花火大会(8月25日)に キッズダンスが出演します！

8月25日(土)に開催される観光納涼花火大会のメイン会場で行われるステージイベントに、キッズダンスのメンバーが出演します！ぜひ応援にお出かけくださいね。



●よってかっしえ交流ボウリング大会●

・日時：8月25日(土)
出演 16:25～
場所 メインステージ

～青竹踏みストレッチの 開始時間が変わります～

毎月第1・3火曜日に緑が丘ふれあいセンターで開催している青竹踏みストレッチの開始時間が変わります。

・午後6時開始
↓
・午後7時開始

猛烈な暑さ！ 日常生活にもご注意ください

これまで経験したことがないような暑さが続いています。運動するときに限らず、日常生活にも危険が潜んでいます。そんな暑さを避ける生活のポイントをお知らせします！

★「室内を」涼しくしよう★

扇風機やエアコンで室温を適度に下げましょう。過度の節電や「この程度の暑さなら大丈夫」とガマンしてはいけません。

★「塩分を」ほどよく取ろう★

過度に塩分をとる必要はありませんが、毎日の食事を通してほどよく塩分をとりましょう。大量の汗をかくときは、特に塩分補給をしましょう。ただし、かかりつけ医から水分や塩分の制限をされている場合は、よく相談の上、その指示に従いましょう。



年会費のお支払いについて

ただいま新年度の年会費のお支払いを受け付けております。一般2,000円、学生(大学生含む)1,000円、家族会員1,000円(家族に一般会員がいる場合)です。お支払いの際は、会員証を持参ください。お支払いや、お問合せは教室の担当スタッフへお願いします。

武蔵村山市総合型地域スポーツクラブ【よってかっしえクラブ】

ホームページアドレス：<http://www.yottekasshe.jp/>

電話 & FAX 042-843-6596 Eメール：yotte@lime.ocn.ne.jp

お問い合わせ お電話かFAX、もしくはEメールでお送りください

事務所営業日時 毎週火曜日 午前10時～12時／毎週木曜日 午後3時～5時

よってかっしゅクラブ教室開催スケジュール

8月

日	月	火	水	木	金	土
-	-	-	1	2	3	4
				英語教室 キッズダンス	自彊術	クッブ
5	6	7	8	9	10	11
ルディック		青竹踏みストレッチ		英語教室 キッズダンス	自彊術	【山の日】
12	13	14	15	16	17	18
						クッブ
19	20	21	22	23	24	25
ルディック		青竹踏みストレッチ		英語教室 キッズダンス	自彊術	
26	27	28	29	30	31	
				英語教室 キッズダンス	自彊術	

9月

日	月	火	水	木	金	土
						1
						クッブ フットサル (キッズフットサル)
2	3	4	5	6	7	8
ルディック		青竹踏みストレッチ		英語教室 キッズダンス	自彊術	フットサル
9	10	11	12	13	14	15
		グラウンドゴルフ		英語教室 キッズダンス	自彊術	クッブ フットサル (キッズフットサル)
16	17	18	19	20	21	22
ルディック	【敬老 の日】	青竹踏みストレッチ		英語教室 キッズダンス	自彊術	フットサル
23/30	24	25	26	27	28	29
	【振替 休日】	グラウンドゴルフ		英語教室 キッズダンス	自彊術	フットサル (キッズフットサル)



ルディック ウォーキング

野山北公園運動場
昭和記念公園

要申込 会員 100円
非会員 500円
ボール貸出 会員 200円
非会員 300円



キッズダンス

公民館 第1~4木曜
入門 (5~9歳)
: 18:00~18:30
初級 (5~18歳)
: 18:30~19:30
応用 (5~18歳)
: 19:30~20:30
要申込3,000円/月



英語教室

大南公園地区集会所
第1~4木曜
小学低学年 午後4時~5時
高学年 午後5時~6時
要申込小学生4,000円/月



グラウンドゴルフ 交流会

大南公園野球場
第2・4火曜 雨天中止
午前9時~10時30分
会員 100円/1名1回
非会員 500円/1名1回



フットサル

第三中学校体育館
毎週土曜日
午後7時~9時
要申込み
300円/回/一般
200円/回/学生



自彊術

緑が丘ふれあい
センター
第1~第4金曜日
午前10時~11時30分
要申込み2,000円
/月



クッブ

大南公園集会所
東広場
毎月第1・3土曜日
午前9時~11時
会員100円・非会員
500円/回



青竹踏み ストレッチ

緑が丘ふれあい
センター
毎月第1・3火曜日
午後7時~8時
500円/回