

# 冬を思いっきり楽しむイベントのお知らせ

かんじきって履いたことがありますか？

## 一足お先に 春探し **かんじきハイキング** inねいの里

平成20年2月23日(土)

ナチュラリストと一緒に一足先に春を見つけよう

冬の雑木林は魅力がいっぱいです。かんじきをはいて、雪の上を動き回る動物たちの足あとや、おもしろい形をした植物の冬芽をさがしましょう。そして、水たまりではヤマアカガエルやホクリクサンショウウオの産卵がもう始まっているかもしれません。かわいいマンサクの花も、もう咲いているかもしれませんよ。炭焼き小屋では、おいしい豚汁をお腹いっぱい味わっていただけます。

準備していただく物 防寒具上下・長靴・帽子・タオル・水筒

お申込はチラシ又ホームページの申込書に記入の上、ふちゅうスポーツクラブ事務局までFAX又は持参下さい。

富山県ナチュラリストが案内します。

会場 富山県自然博物館ねいの里(自然観察路)  
募集人数 30人  
参加費 500円

9時15分 現地集合(いこいの村緑地公園横駐車場)  
9時30分 開会式・日程説明 移動  
10時00分 富山県自然博物館ねいの里(トイレ)  
かんじきの説明・装着  
10時30分 出発 \*コースは雪の状況等をみて主催者が決定します。  
ねいの里遊歩道  
11時45分 炭焼き小屋到着  
昼食(豚汁をご賞味いただけます)  
12時30分 出発  
ねいの里遊歩道  
13時00分 富山県自然博物館ねいの里(トイレ)  
閉会式・解散

# NPO法人ふちゅうスポーツクラブの活動が紹介されました。

## 平成19年度 第2回「おらっちゃ型」スポーツクラブ研修会

2007年12月1日(財)富山県体育協会が総合型地域スポーツクラブの育成を目的に開催している「おらっちゃ型」スポーツクラブ研修会のパネルディスカッションで当クラブの中谷忠義クラブマネージャーがパネラーとして登場。



「クラブのビジョン」と題して、設立の経緯や活動の目的、運営の特徴や工夫について説明しました。発表に対して、目指すスポンサーシップ等に対して質問があり、これに対し「企業からの健康・スポーツに関する委託事業等も視野に活動を展開したい」と取り組みの一端を紹介しました。

## 平成19年度 富山県スポーツリーダーバンク登録指導者研修会

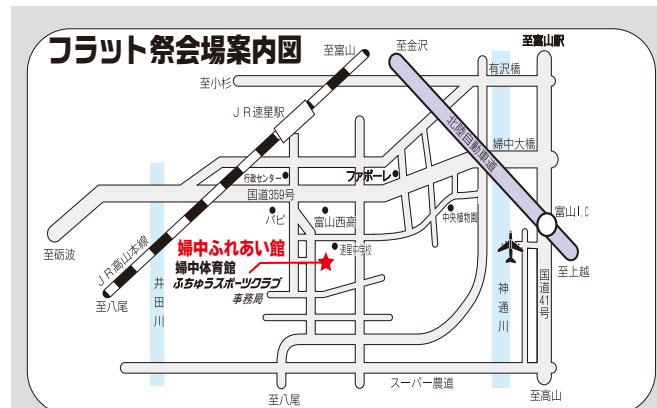
2007年12月8日 富山県スポーツリーダーバンク登録指導者研修会のパネルディスカッションで「これからの地域スポーツ指導者のありかた」というテーマで当クラブの宮脇純副理事長がパネラーとして登場。スポーツクラブの現状を踏まえ「スポーツを楽しむ人」「指導者」「地域社会」が共にスポーツ活動を通じて「地域に与える効果」を実感することで「スポーツの文化的価値を高めよう」と呼びかけました。



FOR ALL SPORTS OF JAPAN

ふちゅうスポーツクラブの活動をホームページで紹介しています。ぜひ一度ご覧下さい。

<http://www.fuchusports-c.jp>



フラット祭当日は駐車場の混雑が予想されますので、なるべく乗り合わせてお越しください。

私たちは気軽にスポーツが楽しめる地域社会づくりをサポートしています。

ユウディーケー株式会社

NAKATANI PRINTING 株式会社 なかたに印刷

スポーツを楽しむ人のためのクラブ広報紙

Vol.8 2008.1.14  
フラット祭特集号

Fuchu Sports Club  
TOYAMA JAPAN

特定非営利活動法人

ふちゅうスポーツクラブ

会員数1037名(平成20年1月10日現在) <http://www.fuchusports-c.jp>



1月27日(日)は、ふれあい館が熱い!!

# フラット祭



場所: ふれあい館

時間: 10:00~15:00

入場無料

2008

ご家族そろって 皆さんのご来場をお待ちしております。

会員先行予約受付中!!

アロマ体験教室

ご予約はお早めに

しゅわしゅわバス・フィズ(入浴剤)づくり

限定30名様

10:30~12:00(材料費1組500円のところ会員300円)

体験アロマ★ハンドマッサージ 限定20名様

10:30~12:00(材料費1名1000円のところ会員500円)

健康チェック

ストレス度チェック 限定30名様

10:00~12:30(材料費1名700円 会員500円)

富山健康科学専門学校プロデュース  
かんたん体力測定 限定30名様

10:00~12:30 無料

メタボリックコンピュータ診断 限定30名様

10:00~12:30

内科医、栄養士、健康運動指導士による指導付きでなんと無料!!

お申込みは  
ふちゅうスポーツクラブ事務局 TEL466-4333

10:00~19:00(日曜は休みます。)

みんなのカードでフラットの木を満開にしてください。

みんなで咲かせよう  
フラットの木

小学校でもらった  
「チャレンジ・フラット500」カードを  
持ってきてね。

1月始めに婦中地区小学校で各児童に「フラット500」というカードを配布しました。ポイントの付け方は、県が実施している「チャレンジ3015」と同じ。寒い冬でも元気に運動して500ポイント分の運動を1月27日までにやって下さい。クラブ祭当日持参してくれたカードでフラットの木をみんなのカードで満開にしたいと思います。どんどん運動してカードを持ってきてね!

持ってきてくれた子にはプレゼントがもらえるよ!

<2F 集会ホール・視聴覚室>

### フラットスポーツ映像の森

上婦負ケーブルテレビで放送されたスポーツに関する名シーンをまとめました。

美味しい飲み物やサンドイッチを食べながら、今年度開催した「婦中地区海外派遣事業」の報告ビデオをはじめ、これまでケーブルテレビで紹介されたフラットの活動をご覧ください。



おいしいと評判のサンドイッチやホットドックでおなかも満足してください。



### 体験教室

#### アロマ★しゅわしゅわバス・フィズ(入浴剤)づくり <工作室>

10:30~12:00 30組限定 (材料費1組500円 会員300円) 環境に優しい入浴剤です。自然の香りが心も身体も癒してくれます。あなたのお気に入りの香りで入浴剤を作ってみませんか?

#### 体験アロマ★ハンドマッサージ <研修室>

10:30~12:00 20名限定 (材料費1名1000円 会員500円) 肌に優しく様々な効果があるアロマオイルに自然の香りの精油を入れたオイルでマッサージします。リラクゼーション効果抜群です。是非、体験ください!

会員先行予約できます。詳しくは裏面をご覧ください。

### 健康診断

10:00~12:30

#### ストレス度チェック <研修室前>

毎日の生活で知らず知らずのうちに溜まっているストレス。あなたの心の健康状態は?そしてストレスを和らげる工夫は?

※上記測定は、実費300円がかかります。(会員100円)

#### メタボリックコンピュータ診断 <研修室>

お父さんがとっても気になるメタボリック症候群。コンピュータ診断だけではなく、内科医による生活習慣改善指導、栄養士による食生活改善の指導、健康運動指導士による運動指導が無料!!で受けられます。気になる方は絶対お得!!お勧めです。

会員先行予約できます。詳しくは裏面をご覧ください。

フラットで活動するみんなのたのしいステージです。

13:00~15:00

### ステージ発表会



フラットで活動している会員とスタッフの皆さんによる、日頃の成果を発表するステージです。いろんな趣向を凝らして楽しいステージに向けてみんながんばっています。おじいちゃんおばあちゃんお父さんお母さんみんなで見に来てくださいね。

### 大抽選会

アジアナ航空で行く

### 韓国ソウル

この他豪華賞品盛りだくさん!

2泊3日 ペア旅行券

<出場予定>  
キッズ・キッズ・ジュニアHIPHOP  
ヨガ・太極拳  
中学生海外派遣団他

特別出演 富山健康科学専門学校 エアロビクダンス指導部

協賛して頂いた地元企業各社からの賞品盛りだくさんです。

<母子見学室>

### 託児ルーム

10:00~15:00  
ご利用希望の方は事前にお申し込み下さい。  
無料

### 活動報告展

今年度イベントや教室・セミナーの活動の様子を写真で紹介いたします。

### 図解「食育」のススメ

最近良く耳にする「食育」や「食事バランスガイド」お母さんは気になる場所ですね。「食育」がよくわかるパネルやリーフレットで展示いたします。 ※提供：富山農政事務所

<カルチャー室>

### キッズルーム

10:00~15:00  
小さなお子様も安心して遊ばせてください。  
無料

### スポーツクイズラリー

10:00~12:30 体育館2階ロビースタート **景品がもらえるよ!**  
会場各所に掲示されているクイズに答えて全問正解すると景品がもらえます。これであなたもスポーツ博士!?みんなも一度チャレンジしてね。

### 健康チェック

気になる健康チェック

10:00~12:30

### 富山健康科学専門学校プロデュース かんたん体力測定

簡単な運動であなたの体力年齢を測定します。さてあなたの体力年齢は何歳?

**会員先行予約** できます。詳しくは裏面をご覧ください。

### フリーマーケット

10:00~13:00  
地球環境を考えて、使わなくなったものは、みんなで「リユース」しましょう。クラブ会員の皆さんによるフリーマーケットです。掘り出し物も見つかるかも...

**スポーツ用品販売** 提供：スポーツミツノ  
10:00~13:00 **30~50%OFF**

### スポーツゲームコーナー

10:00~12:30 **高得点で賞品がもらえるよ!**

誰でも楽しめるゲームを用意しました。高得点者には景品をプレゼント! どんどん参加して景品をゲットしてね!

なわとび・フラフープ・竹馬  
かんたん吹き矢・カローリング ほか

内ばきをもって来てね

### 餅つき

杵と臼でついたお餅はやっばり美味しい! 見た事のない子も多いはず。皆で本格的な餅つきをやってみよう!



おいしさ満点の食べ物もたくさんご用意!

<ふれあいホール横>

味に自信あり! **ハンバーガー**  
ポテトもあるよ



### フラットの木

「フラット500カード」をここに貼ってください。持ってきた人にはプレゼントがあるよ。

### 上婦負ケーブルテレビ

デジタル放送なんでも相談  
楽しいゲームもあるよ!

