

**NPO法人**

からだ「元気」　こころ「健康」　そして「笑顔」

勝浦町総合型地域スポーツクラブ

2021年3月号

**K-Friends通信**

入会には、年齢にそった年会費＋安全保険代が必要です。！

早期更新・

入会特典有！

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2021年4月1日～****2022年3月31日まで有効** | 年会費 | **スポーツ****安全保険** | **入会時に必要額** |
| 幼児～中学生 | 2,000円 | 800円 | 2,800円 |
| １５歳以上・一般 | 4,000円 | 1,850円 | 5,850円 |
| ６５歳以上 | 4,000円 | 1,200円 | 5,200円 |

＊文化教室・サークル・サロン参加のみ安全保険、任意加入とします。

＊２０２１年４月から各教室の無料体験可（１回のみ）

 

勝浦町国民健康保険保健活動事業

ポールウォーキング

～ポールステックの紹介と体験～　　　　2/14実施報告

日時　2021年3月12日（金）10：00~11：30

会場　勝浦町民体育館　スティック貸出・参加費無料

資格　町内在住・在勤のどなたでも！

お申し込みは事務局へ





2021年3月12日（金）から3月14日（日）の3日間

道の駅「ひなの里かつうら」　～10周年イベント～

2021年3月13日（土）10:00～15:00　健康増進イベント企画中！

教室・サークルについて　　原則、洪水・暴風警報のいずれかが勝浦町内に発令され8：30までに解除されなければ午前中の事業お休み。13：00までに解除されなければ全事業お休みです。ご了承ください。サークルは、参加者同士の話し合いで休みになる事もございます。初めて参加（お試し）される方や、ご質問のある方は、事務局まで、お問い合わせ下さい。

【お問い合わせ】　NPO法人 K-Friends

住所　〒771-4307勝浦町大字三溪字古川1-1　8：30～17：30

Tel＆Fax　0885-42-3671 IP電話　050-3438-8305 E-mail kfriendskss@gmail.com

ホームページ <http://www.kfriends.info/> お休み 年末・年始・お盆・第4火曜日休館

出逢いサポーターによる　　　　　　　　　　　　　　　　婚活個人登録受付中！

「愛出逢い」相談所　2021年3月11日（木）10：00～12：00（勝浦町民体育館）

３月教室日程

　下記日程にて、開催予定しておりますが、今後の状況により変更の可能性がございますので、ホームページまたは事務局にて、ご確認ください。



ハワイアン

対象：　小学生以上

チケット：　各１回２枚（1,000円）

講師：　松下　茂子

木曜日コース

開催日：　木曜日

日程：　４・１１・１８

会場：　生名コミュニティセンター

時間：　１９：３０～２０：３０

　　　　 金曜日コース

開催日：　金曜日

日程：　１９・２６

会場：　住民福祉センター

会場：　１２

自主練：　５

会場：　生名コミュニティセンター

時間：　１９：００～２０：００

ちょこっと歩いて

ストレッチ

対象：　中学生以上

　　　　　　（祝祭日休み）

開催日：　毎週月曜日

日程：　１・８・１５・２２・２９

会場：　勝浦町民体育館

時間：　１９：００～２０：００

チケット：　１回１枚（500円）

講師：　岩佐　章代

運動あそび教室

対象：　３歳から小学生

開催日：　毎週土曜日（祝祭日休み）

日程： ６・１３・２０

会場：　勝浦町民体育館

時間：　１０：３０～１１：３０

チケット：　１回１枚（300円）

講師：　日下　睦子



![MMj03567910000[1]]()

スポンジテニスサークル

対象：　小学生以上

開催日：　毎週月・水・金曜日

日程：　（月）　１・８・１５・２２・２９

日程：　（水）　３・１０・１７・２４・３１

日程：　（金）　５・１２・１９・２６

会場：　勝浦町民体育館

時間：　１３：３０～１６：３０

チケット：　１回１枚（300円）

楽らくダンス教室

対象：　小学生以上

開催日：　第１・２・３火曜日

（祝祭日の場合変更有り）

日程：　２・９・１６

会場：　勝浦町民体育館

時間：　１０：００～１１：００

チケット：　１回１枚（500円）

講師：　澁谷　恵子

![MCj02501590000[1]]()

健康力アップ教室

対象：　小学生以上

開催日：　毎週金曜日（祝祭日休み）

日程：　５・１２・１９・２６

会場：　勝浦町民体育館

時間：　１０：００～１１：３０

チケット：　１回１枚（500円）

講師：　仁木　哲哉

　　　　　　（健康運動指導士）

ニイハオ中国語サークル

対象：　どなたでも

開催日：　毎週土曜日

日程：　６・２０・２７

会場：　改善センター

時間：　９：００～９：４５

チケット：　1回1枚（300円）

使用テキスト・利用ストリーミングNHKラジオ講座テキスト（各自購入）

お手玉サロン

対象：　どなたでも

開催日：　第1・２・３火曜日

（祝祭日の場合変更有り）

日程：　２・９・１６

会場：　勝浦町民体育館

時間：　11:00～12:00

ﾁｹｯﾄ：　1回100円

講師：　稲井いさお

ジュニアトータルスポーツ教室

対象：　小・中学生

開催日：　毎週水曜日（祝祭日休み）

日程：　３・１０・１７・２４・３１

会場：　勝浦町民体育館

時間：　１８：００～１９：３０

チケット：　１回１枚（300円）

講師：　大久保 尚勇　　森 道泰



卓球サークル

対象：　小学生以上

開催日：　週１回（土・日どちらか）

日程：　（土）　６・１３・２０・２７

会場：　勝浦町民体育館

時間：　９：３０～１１：３０

チケット：　１回１枚（300円）

なんちゃってボイトレ教室

（発声練習）

対象：　小学生以上

開催日：　月２回　（第１第３水曜日）

日程：　３

会場：　改善センター

時間：　１９：００～２０：００

チケット：　１回１枚（300円）

講師：　太田　美恵子

キッズサッカー

対象：　幼児～

　　　　　　小学生低学年の男女

開催日：　第２・第４木曜日

　（祝祭日の場合変更有り）

日程：　11・２５

会場：　横瀬小学校グラウンド

雨天時会場変更

　（雨天時　勝浦町民体育館）

上記会場使用不可の場合お休み

時間：　１７：３０～１８：３０

チケット：　月１枚（300円）or

チケット：　半年分先払い　1,800円

講師：　山崎 和喜　 高松 由美

![MCj02962270000[1]]()

ソフトバレーボールサークル

対象：　中学生以上

開催日：　毎週水・土曜日

日程：　（水）　３・１０・１７・２４・３１

日程：　（土）　６・１３・２０・２７

会場：　勝浦町民体育館

時間：　２０：００～２２：００

チケット：　月１枚（500円）

春ヨガ教室

対象　　女性限定

開催日：　毎週木曜日

（祝祭日休み）

日程：　４・１１・１８・２５

会場：　改善センター　２F和室

時間：　２０：００～２１：３０

チケット：　１回１枚（500円）

講師：　前野　るり

![MCj04110010000[1]]()

