NPO法人 総合型地域スポーツクラブ

もちづき総合型クラブだより

第４６号

令和4年4月1日発行
（2022.4.1）
保存版

≪ 令和4年度(2022年度) 教室紹介 ≫

①さわやかエアロビクス

５～７月　火曜日 19：30～20：30	望月小学校体育館
募集対象・人数	子供から大人まで　３０名

指導者　鈴木清子
エアロビクス指導員
運営委員　佐藤純子
運営委員　竹花まゆみ
運営委員　矢嶋美由紀

鈴木清子

週1回、1時間。 有酸素運動で気分もリフレッシュです。

②フットサル

月曜日 19：00～21：00	望月総合体育館
募集対象・人数	小学生・中学生　３０名

指導者　菅沼智博
日本サッカー協会
公認D級コーチ
運営委員　中野　宏
運営委員　中野由香

菅沼智博

みんな いっしょに
楽しくプレーしよう。

③ソフトバレーボール

月曜日 19：30～21：30	望月総合体育館
募集対象・人数	小学生から大人まで　３０名

指導者　篠原一郎
ソフトバレーボールリーダー
（日本バレーボール協会）
運営委員　柳澤貴恵
運営委員　山崎明宏

篠原一郎

みんなで楽しく、おもしろく。
楽しみながらルールも学びましょう。

④エンジョイウォーキング

第２・４木曜日 9：30～11：30	望月総合体育館集合 四季を楽しむ場所
募集対象・人数	小学生から大人まで　３０名

指導者　岡部聖子
レクリエーションインストラクター
指導者　佐藤純子
レクリエーションインストラクター

岡部聖子

佐藤純子

四季の楽しさ満喫、
いっしょに色々な場所を
散策してみませんか。

⑤お楽しみバスケット

月２回　金曜日 20：00～21：30	望月小学校体育館
募集対象・人数	小学生から大人まで　３０名

指導者　土屋幾雄
指導者　須藤博輝
運営委員　依田とく代
運営委員　柳澤貴恵

バスケットボールの楽しさを体験しよう!

⑥ ピ　ン　ポ　ン

月２回　土曜日 19：30～21：00	望月総合体育館
募集対象・人数	小学生から大人・初心者　３０名

指導者　佐藤恵子
スポーツ指導員
運営委員　倉見久美子
運営委員　梅香妙恵子

佐藤恵子

「うまい」「へた」関係なく
マイペースで楽しんでます。

⑦ファミリースポーツ

月２回　土曜日 19：30～21：00	望月総合体育館
募集対象・人数	子供から大人まで　３０名

指導者　中野由香
佐久市スポーツ推進委員
運営委員　谷野浩一
運営委員　小山陽市

中野由香

楽しけりゃなんでもOK！
自由に楽しもう！

⑧お楽しみバレーボール

月２回　土曜日 19：30～21：00	望月総合体育館
募集対象・人数	小学生から大人まで　２０名

運営委員　細萱恵里
スポーツ少年団指導者
運営委員　藤田明彦
スポーツ少年団指導者

細萱恵里

藤田明彦

誰でも気軽に楽しく
レッツ バレーボール！

⑨ソフトバレーボールリーグ

望月総合体育館
（別途実費）　春・夏・秋・冬リーグ戦

運営委員長　荻原和章
日本バレーボール協会
上級指導員

もちづき総合型クラブ
ソフトバレーボール
リーグ担当者
篠原一郎
柳澤正巌
中野　宏

荻原和章

ソフトバレーボールリーグ戦はそれぞれのリーグから運営委員を、各1名選出し、選出された運営委員によっておこないます。

もっと　もっと
ちえと　力と
づく　出して
きながにスポーツ
楽しもう！

スポーツで
ともだち
健康
まちづくり

文部科学省推進事業

【事務局：NPO法人もちづき総合型クラブ】
〒384-2202　佐久市望月1630-2　望月総合体育館内
TEL&FAX　:050-3583-3050　望月有線　:3050
E-mail　:mochi-sc@sas.janis.or.jp
ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ：http://www.mochizukiclub.jp/　Facebook

令和4年度（2022年度）　NPO法人もちづき総合型クラブ　年 間 予 定 表　《めだつところにはって下さいね。》

※長野県新型コロナウィルス感染症・警戒レベル5の場合は延期いたします。

	参加料・1回 大人	参加料・1回 子供 18歳以下	名称	日程・会期	会場	共催等	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
教室 無料お試し体験できます!!	500円	300円	①さわやかエアロビクス	5～7月 毎週火曜日 19：30～20：30	望月小学校体育館	※アミカケ内は佐久市のスポーツ教室と同時開催です。※佐久市スポーツ協会への申込みがお得です。		10・17 24・31	7・14 21・28	5・12 19								
	大人 1回 300円	子供 18歳以下 高校生含む 1回 200円	②フットサル　小・中学生	毎週月曜日 19：00～21：00	望月総合体育館		11・18 25	9・16 23・30	6・13 20・27	4・11 18・25	1・8 22・29	5・12 19・26	3・17 24・31	7・14 21・28	5・12 19	9・16 23・30	6・13 20・27	
			③ソフトバレーボール	毎週月曜日 19：30～21：30	望月総合体育館		11・18 25	9・16 23・30	6・13 20・27	4・11 18・25	1・8 22・29	5・12 19・26	3・17 24・31	7・14 21・28	5・12 19	9・16 23・30	6・13 20・27	
			④エンジョイウォーキング	毎月第2・4木曜日 9：30～11：30	望月総合体育館集合 四季を楽しむ場所		14・28	12・26	9・23	14・28	25	8・22	13・27	10・24	8・22	12・26	9	
			⑤お楽しみバスケットボール	月2回 金曜日 20：00～21：30	望月小学校体育館		8・22	6・20	24	1・15	5・19	2・16	7・21	4・25	2・16	6・20	3・17	
			⑥ピ ン ポ ン ⑦ファミリースポーツ	月2回 土曜日 19：30～21：00	望月総合体育館		16・23	14・28	11・25	9・23	27	17・24	8・22	12・26	10・24	14・28	25	
			⑧お楽しみバレーボール	月2回 土曜日 19：30～21：00	望月総合体育館		16・23	14・28	11・25	9・23	27	17・24	8・22	12・26	10・24	14・28	25	
イベント	別途料金		A. ソフトバレーボール審判講習会	5月18日（水） 午後7時	望月総合体育館		午後7時 開始　ソフトバレーボールリーグ・春季リーグ開会式にて行います。											
			B. もちづき総合型クラブ杯	8月21日（日）	望月総合体育館	体育協会望月支部	ソフトバレーボール大会（望月地区夏季スポーツ大会）											
			C. フットサル交流大会	11月27日(日)	望月総合体育館		小学生フットサル大会　チーム交流戦											
特別教室	参加料		名称	日程・会期	会場		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	別途料金		春日健康教室	毎月1回 第2木曜日 13：30～15：00	春日交流センター		14	12	9	14	—	8	13	10	8	12	9	9
関連事業	別途料金		⑨ソフトバレーボールリーグ	年4回開催 春・夏・秋・冬 19：30～21：30	望月総合体育館			春季リーグ 18・25	1・8 15・22		夏季リーグ 24・31	7・14 21・28	秋季リーグ 19・26	2・9 16・23		冬季リーグ 11・18 25	1・8 15	
			ママさんバレーボール連盟	5月～11月 リーグ戦 毎週金曜日 19:30～	望月総合体育館		ママさんバレーボールリーグ戦 「元気はつらつ レッツ ママさんバレー!!」											

※日程・内容等は都合により変更することがあります。

連絡先　事務局　TEL&FAX　050−3583−3050
緊急時　担当者　岡田　090−4816−6054

佐久市スポーツ教室に参加される方は、
下記窓口に事前申込みが必要です。

下記の佐久市のスポーツ教室は、もちづき総合型クラブの教室と同時開催になります。
詳しくは佐久市スポーツ協会のホームページをご覧ください。
問合せ/申込先　指定管理者　特定非営利活動法人 佐久市スポーツ協会　窓口へ
佐久市総合体育館:（ 電話:0267-88-6123　FAX:0267-88-6133 ）
望月総合体育館:（ 電話 :0267-53-6060　FAX:0267-53-0115 ）

令和４年度　佐久市スポーツ教室　（もちづき総合型クラブへの委託事業です。）

教室名	対象 定員	総合型クラブ 受付・開講日	日時	回数	会場	参加費
さわやかエアロビクス	小学生～ 30人	5月10日（火） 19:30～20:30	5月17日（火）～ 19:30～20:30	10回	望月小学校体育館	大人　2,500円 子供　1,500円
フットサル	小・中学生 30人	4月11日（月） 19:00～21:00	4月18日（月）～ 19:00～21:00	10回	望月総合体育館	1,000円
ソフトバレーボール	小学2年生～ 30人	4月11日（月） 19:30～21:30	4月18日（月）～ 19:30～21:30	10回	望月総合体育館	1,000円
エンジョイウォーキング	制限なし 30人	4月14日（木） 9:30～11:30	4月28日（木）～ 9:30～11:30	10回	望月総合体育館集合 四季を楽しむ場所	1,000円
お楽しみバスケットボール	小学生～ 30人	4月8日（金） 20:00～21:30	4月22日（金）～ 20:00～21:30	10回	望月小学校体育館	1,000円
ピンポン	小学生～ 30人	4月16日（土） 19:30～21:00	4月23日（土）～ 19:30～21:00	10回	望月総合体育館	1,000円
ファミリースポーツ	親子ほか 30人	4月16日（土） 19:30～21:00	4月23日（土）～ 19:30～21:00	10回	望月総合体育館	大人　1,000円 子供　500円

スポーツ安全保険　令和４（2022）年度加入依頼書

受付期間　令和4年 3月1日 から 翌令和5年 3月17日 まで　**期間終了後はご利用いただけません。**

補償期間　令和4年 4月1日 午前0時 から 翌令和5年 3月31日 午後12時 まで

加入区分・掛金・補償額　加入区分は加入者ごとにご選択ください。
加入区分の誤り、掛金の振込不足などがありますと、保険金が支払われないことがあります。

加入対象者	補償対象となる団体活動	加入区分	年間掛金（1人あたり）	傷害保険金額 死亡	傷害保険金額 後遺障害（最高）	傷害保険金額 入院（日額）	傷害保険金額 通院（日額）	賠償責任保険 支払限度額（免責金額なし）	突然死葬祭費用保険 支払限度額
子ども（中学生以下（特別支援学校高等部の生徒を含む。）	▶スポーツ活動 ▶文化・ボランティア・地域活動	A1	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	対人・対物賠償 合算1事故5億円 ただし、対人賠償は 1人1億円	180万円
	▶上記団体活動に加え、個人活動中も対象 上段：団体活動中およびその往復中の補償額 下段：上記以外（個人活動など）の補償額	AW	1,450円	2,100万円 熱中症および細菌性・ウイルス性食中毒の場合、保険金額はA1区分と同額	3,150万円	5,000円	2,000円	対人・対物賠償 合算1事故5億500万円 ただし、対人賠償は 1人1億500万円	
				100万円 熱中症および細菌性・ウイルス性食中毒は対象となりません。	150万円	1,000円	500円	対人・対物賠償 合算1事故500万円	対象となりません
大人（高校生以上）	▶スポーツ活動（指導・審判を含む。） ※A2区分で対象となる活動も補償されます。	64歳(注)以下	C	1,850円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	対人・対物賠償 合算1事故5億円 ただし、対人賠償は 1人1億円 ⚠自動車事故によって賠償責任を負った場合は、補償の対象となりません。	180万円
		65歳(注)以上	B	1,200円	600万円	900万円	1,800円	1,000円		
	▶文化・ボランティア・地域活動 ▶準備・片付け・応援・団体員の送迎 ※スポーツ活動中の事故は対象となりません。 ※A2区分は65歳以上の方も加入できます。	A2	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円		
全年齢	▶危険度の高いスポーツ活動（指導・審判を含む。）	D	11,000円	500万円	750万円	1,800円	1,000円		

（注）令和4年4月1日時点の年齢となります。

- 同一団体で1口しか加入できません。中途加入・脱退の場合も年間掛金を適用します。加入後の加入者の入換え、加入区分の変更はできません。
- 危険度の高いスポーツ活動（アメリカンフットボール、山岳登はんなど）はD区分以外では補償されません。
- 上記年間掛金には、制度運営費（10円）が含まれます。