

スポーツのチカラで七ヶ浜を元気に

# アクアゆめクラブ

クラブ誌

vol.248

令和7年11月24日発行

今月のズームアップ

初心者大歓迎！仲間を募集しています♪

日時：毎週水曜日 18:30~20:00  
場所：松ヶ浜小学校 体育館

## エンジョイバスケットボール



エンジョイバスケットボール教室は、毎週水曜日の18時30分から20時まで、主に松ヶ浜小学校体育館で活動しています。小学生が対象で、現在1年生から6年生まで男女27名の参加者ととても明るい指導者3名で活動しています。

低学年と高学年に分かれてドリブルやシュートなど基礎的な練習を行い、後半はそれぞれ2チームに分かれゲームを楽しんでいます。

とても賑やかな教室となっておりますので、お友達とバスケットボールを楽しみたい方はぜひお問合せください!!!



ご協賛ありがとうございます。賛助企業・賛助会員を随時募集しています!!

M'S INC 様 サトウ電工 様

## 令和7年度会員数

11月24日  
現 在

425名

- |           |          |
|-----------|----------|
| ・個人会員     | 260名     |
| ・夫婦会員     | 4組 8名    |
| ・ファミリー会員  | 54組 112名 |
| ・賛助会員(個人) | 43名      |
| ・賛助会員(企業) | 2社       |

## 事務局よりお知らせ

七ヶ浜町スポーツ協会設立50周年記念

入場無料  
(全席自由)

## スポーツセミナー2025

プロ野球選手として活躍され、その後監督も務められました平石洋介氏をお迎えしスポーツセミナーを開催いたします。ぜひご参加ください!!

日 時：令和7年12月7日(日) 14時～15時30分  
※開場は、13時30分となります。

会 場：七ヶ浜国際村 大ホール  
(無料駐車場180台)

演 題：「伝え方と向き合い方」～人材育成論～

### 【申込方法】

- 右記2次元コードより、お申し込みください。
- 入場確認として当日は携帯電話の画面にて
- 申込完了メールをご提示ください。



アクアゆめクラブ 事務局

営業時間9:00～21:30（月曜休館）TEL 022-357-7920



第22回

# スイミーフェスタ

11月9日(日)に町民プールで、第22回スイミーフェスタを開催しました。対象は、当クラブの水泳教室に参加している皆さんです。前半は、個人それぞれがエントリーした2種目でタイムを計測し、後半はビッグビート板で泳ぎ、パンをゲットする「すいすいパンキャッチ」ゲームを行いました。日頃の練習の成果を発揮する良い機会となり、たくさんのご家族が応援に来られ、温かい雰囲気の中で行うことができました。



# ふらっと健康教室2025

10月29日(水)・30日(木)に中央公民館で、「ふらっと健康教室」が開催されました。この教室は、健康セミナー(健康課題の啓発、食生活に関する知識)と日常生活の中で定着するような運動を取り入れた内容で、初日は星孝幸先生、2日目は阿部寿江先生が担当しました。寒くなってきたので、家でも気軽にできる体操をメインに指導しました。指導者が参加者の悩み(肩こりや腰痛等)に応える形で、それらを予防するストレッチや筋トレなどを行いました。

脳トレも交えながら、たくさん笑って体を動かしました。家庭での運動の継続に繋がることを期待しています。

