

加盟団体一覧表

ジュニアの団体

クラブ名	対象	事務局	連絡先	活動場所	活動時間	年会費	月会費
1 三和スマイル (ミニバス)	小学生	今井一徳	529-2711 (NPO法人さんわスポーツクラブ)	三和体育館	月曜日19:30~21:00 木曜日19:30~21:00 土曜日19:00~21:00	2,100 (さんわ年会費)	1,000
2 三和卓球クラブ	小・中学生	佐藤和幸	532-2020	西部スポーツハウス	木曜日19:00~21:00	3,100 (さんわ年会費)	0
3 三和少年 サッカークラブ	小学生	竹内義明	090-4478-3062	美守小学校 三和体育館(11~3月) 三和スポーツ公園グランド 三和体育館(11~3月)	水曜日19:00~21:00 土曜日9:00~12:00	16,100 (低学年) 19,100 (高学年) (さんわ年会費)	0
4 三和ジュニアテニスクラブ	小・中学生	高橋恵子	532-2973	三和体育館	土曜日19:30~21:00	3,000 (さんわ年会費)	100円/1回
5 上越ヤング (硬式野球)	中学生	大越裕一	529-2711 (NPO法人さんわスポーツクラブ)	三和ふれあいホール他 三和スポーツ公園グランド他	水曜日19:00~21:00 木曜日19:00~21:00 土・日曜日8:30~17:00	入団時のみ 15,000 母子・父子家庭、兄弟は半額	6,000

大人の団体

6 三和テニスクラブ (硬式テニス)	どなたでも	高橋恵子	532-2973	清里スポーツセンター 三和体育館	火曜日10:00~12:00 金曜日10:00~12:00	4,000 (さんわ年会費)	100円/1回
7 三和ソレイユ (ママさんバレーボール)	バレーボール 愛好者	丸山正枝	532-2581	三和体育館	木曜日20:00~22:00	6,100 (さんわ年会費)	0
8 三和太極拳協会	どなたでも	松井和代		三和スポーツセンター	水曜日19:30~21:00	5,000 (さんわ年会費)	3,000
9 三和ソフトバレークラブ	高校生以上	高橋守夫	529-2711 (NPO法人さんわスポーツクラブ)	三和体育館	水・金曜日19:30~21:30 4月は3日を除き、さんわ主催無料体験会を実施します	6,000	0
10 きらきらウオーキングクラブ	どなたでも	渡辺正子		上越市周辺・ 県内景勝地	第2土曜日午前	1,000	0
11 三和卓球クラブ	高校生以上	佐藤和幸	070-6574-1227	西部スポーツハウス	木曜日19:00~21:00	4,100 (さんわ年会費)	0
12 三和ゲートボールクラブ	どなたでも	富永孝一	090-1423-1036	三和ふれあいホール	月・水・土曜日9:00~12:00	3,000	200/回
13 四ツ葉クラブ三和支部 (グランドゴルフ)	どなたでも	小山田富雄	532-3202	三和スポーツ公園 全線 三和ふれあいホール	月・金曜日13:30~15:30	1,000	
14 LOOSER (バレーボール)	高校生以上	渡辺一也	529-2711 (NPO法人さんわスポーツクラブ)	三和スポーツセンター	木曜日19:30~21:30	3,000	

令和5年度賛助会員様 (順不同・敬称略)

有いいた 飯田清人 新井信用金庫 三和支店 わたなべ理美容室 川浦郵便局長 川共電社 宮崎農機具店 飯田自動車 横澤井商事	南高橋建設 あおき味噌(株) 南富村左官工業 ほそ山 樹かじや商店 はんぎや商店 羽尾内科医院 横藤新開発	南ミウラオート 南三和モータース 南松屋商店 三和牛乳 樹カシヤウオーク 南小田山石油 清風亭 木原忠和 樹丸山酒造場	青木新聞店 美守郵便局長 南波工務店 大滝商事(株) 樹ホンダウオーク 南小田山石油 清風亭 木原忠和 樹丸山酒造場	三和ファミリー歯科医院 リカー&フード 山本 岩澤板金 オリカサタイヤ(株) 南みどりや運動具店 米山木工所 炭火焼肉 牛角 VOLTS 新井 久夫	三和西部工業団地協同組合 社会福祉法人 上越あたらご福祉会 樹高館建築店 樹DI Palette 高倉機械店 アンスリール
--	--	--	---	---	--

保険について (公益財団法人スポーツ安全協会・スポーツ安全保険)

(当クラブの年会費は保険料込みとなっています。)

万が一、ケガ・事故発生の際は速やかにNPO法人さんわスポーツクラブまでご連絡をお願いします。



保険金給付までの流れ

- 1: けが発生
- 2: さんスポに連絡
- 3: 保険会社より書類が郵送で届く
- 4: 完治後保険会社に送付  
\*書類 \*すべての領収書のコピー
- 5: 保険金の振り込み

	損害保険金額				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
	死亡	後遺障害 (最高)	事故日から180日以内 入院(180日以内) 入院(180日以内)	通院(180日以内) 通院(30日以内)		
中学生以下	3,000万円	4,500万円	4,000円	1,500円	5億円 (対人・対物賠償合算 1事故・ただし、対人賠償は1人1億円)	180万円
64歳以下	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円		
65歳以上	600万円	900万円	1,800円	1,000円		

私たちの大切な「三和区のスポーツを考える会」

平成15年、行政の呼びかけで、議員・学校・保護者・地域のスポーツ関係者が集まり「これからの地域スポーツを語る会」が開催されました。

1回目には、三和村の地域の実態把握から始まり、2回目にはそれぞれの課題を共有し、3回目にはその課題解決・連携の方法を探り、17年の上越市との合併を見据え、課題解決の場を持ちたいと「仮称スポーツクラブさんわ」の設立に動き出しました。

平成17年5月、「さんわスポーツクラブ」を設立し、この先もこのシステムを次の次まで伝えて残そうと、平成24年9月、NPO法人格を取得しました。

ある時、平成15年の課題は解決しているのかという疑問を持ち、運営委員会や日本スポーツ協会のクラブ診断により、少子化とスポーツの二極化により、チームが作れないといった課題がまた出てきました。

そこで、平成25年、名称は変わりましたが、「三和区のスポーツを考える会」が復活しました。それ以降毎年一度開催してきましたが、平成28年度には三和中学校・校長先生より今年「三和中学校部活動」にしようテーマをいただきました。

その会の中で、「さんスポは三和区のスポーツの核なのだから、三和中学校を支援してほしい」と大変ありがたい言葉をいただきました。

平成29年度から上越市地域活動支援事業として三和中学校と連携しながら「三和中学校部活動支援」を行ってきました。

令和5年度は地域独自予算事業として運営してまいりましたが、令和6年度からは上越市の中学生のスポーツ文化環境づくり推進事業として支援を受けながら、自立度を上げていきます。12月には三和中学校で来年度の部活動について打ち合わせをし、もう、令和6年度に向かって動き始めています。

いろんな方々から、地域や学校と話し合いの機会があるなんて羨ましいといわれてきました。そういわれるたびに、三和区の地域の皆様に感謝しています。令和6年度第15回「三和区のスポーツを考える会」で会いましょう!



# さんわ スポーツクラブ

## 令和6年度 プログラム

さんスポ だより 第13号



**きらきらツアー** 6月11日

**ふれあいテニス大会**

11月12日 ファミリーの部

**てるてるの スイーツ作り** 7月15日、11月11日、2月10日

**バレー発表会** 12月9日

**さんわ祭りであそびのひろば** 7月29日

**源流探検** 7月8日

**地域クラブ フェア** 11月11日

**インテグリティ 研修会** 7月23日

**茶道体験教室** 1月27日

**部活動支援 (活動支援事業)** 通年

**ソフトバレー大会** 6月25日

さんスポ杯 ソフトバレー大会

**親子キッズ スポーツクラブ** 4月22日

**地域クラブ体験会** 1月8日、1月27日、2月24日

理事長あいさつ

日頃よりNPO法人さんわスポーツクラブの活動についてご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。2024年元日、4時10分、能登半島沖を震源とする大きな地震が発生いたしました。上越市において、被災された皆様にはお見舞いを申し上げます。さて、令和8年より実施される休日の中学校部活動の地域移行に向け、昨年度より本格的な取り組みが始まりました。当市では、先進的な活動をしてきた当クラブの取り組みが認められ、現在では部活動の地域移行の中心的な役割を果たしています。また、今年度からはスポーツ部だけではなく、文化部の活動についても支援していきます。これもまた、当市では初の試みであり、注目を集めています。今年も中学校部活動の地域移行だけではなく、皆様楽しんでいただける場を提供していきたいと思っております。今年度もよろしくお願いたします。

NPO法人さんわスポーツクラブ 理事長 高橋守夫



お問い合わせ先 **NPO法人さんわスポーツクラブ**

〒943-0311 新潟県上越市三和区島倉2382番地の3 三和スポーツセンター内

TEL 025-529-2711 FAX 025-529-2712

E-mail sanwaspo@chive.ocn.ne.jp HPアドレス https://www.sanwaspo.com

さんスポ LINE

今後、変更やお知らせをLINEで行います。登録してね

**教室**

下記の教室はクラブへの入会が必要です。会員になりますと、イベントなどお得な会員価格で参加できます。体験は会員は無料。会員外は1回1,000円でできます。事前にお申し込みください。

**申し込み方法** 記入していただくもの：①入会申込書 ②預金口座振替依頼書 用紙全て事務局に用意してあります

クラブの入会方法

入会申込書 (必要事項を記入) + 年会費

会員証の発行

本年度の会員受付完了

教室イベント大会の参加申し込み方法

参加希望の連絡+参加費 (締切日を過ぎてもキャンセルは準備の都合上返金できません) 教室参加費は銀行振替となります。

エントリー完了

開催曜日	教室名	対象者	会場	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
月	かんたんエアロ&リラクゼーションストレッチ(ぼちぼち組)	どなたでも	三和スポーツセンター	9:30~11:00									2,9,16				
	ちびっこバレエ教室	幼児~小学低学年		17:00~17:45	8,15,22	13,20,27	3,10,24	1,8,22	5,19,26	2,9,30	7,21,28	11,18,25	11,18,25	2,9,14	6,20,27	3,10,17	3,10,17
	Jr.バレエ教室	小学生		17:45~18:30													
水	かんたんエアロ&リラクゼーションストレッチ	女性		19:30~20:45	10,17,24	8,15,22	5,19,26	3,10,17	7,21,28	4,11,25	9,16,23	6,13,20	4,11,18	お休み	お休み	5,12,19	
月 土	さんスポバドミントンクラブ	小学5年生から中学生	三和スポーツセンター他 三和体育館ほか	19:00~21:00	8,15,22	13,20,27	3,10,17,24	1,8,22,29	5,19,26	2,9,30	7,21,28	11,18,25	2,9,16,23	6,20,27	3,10,17	3,10,17,24	
				17:00~19:00	13,20,27	11,18,25	1,8,15,22,29	6,13,20	3,10,17,24,31	7,14,21,28	5,12,19,26	2,16,30	7,14,21,28	11,18,25	1,8,15,22	1,8,15,22,29	
土	さんスポバレーボールクラブ	中学生	三和スポーツセンター他	9:00~12:00	13,20,27	4,11,18	8,15,22,29	6,13,20	3,10,17,24,31	7,14,21,28	5,12,19,26	2,16,30	7,14,21,28	11,18,25	1,8,15,22	1,8,15,22,29	
日	さんスポすいそうがくクラブ	中学生		9:00~12:00	7,14	12,26	9,30	7,14	4,25	15,29	6,20	17,24	1,15	12,19	2,23	9,16	

\*「かんたん エアロ&リラクゼーションストレッチ」と「同ぼちぼち組」は月曜日・水曜日の同教室のどちらでも参加可能です。

\*すべてのイベントは準備の関係上、お申し込みが必要です。メ切を過ぎてもキャンセルの場合は参加費をご負担いただきます。

**イベント**

イベントは会員だけではなく、どなたでも参加できます。

今年は何れに参加する?

申し込み方法 住所、氏名、学年、電話番号をFAX、メール、電話にて事務局へお知らせください。メ切までに参加費を添えてお申し込みください。

**会員は三和区を限定していません。三和区以外の皆様も教室・イベントにご参加ください。**

**ちびっこバレエ教室**

**Jr.バレエ教室**



クラシックバレエを通し、豊かな情操と健全な身体を育成し、気軽にバレエに接することができる楽しいレッスンです。初回にレオタード、シューズの注文をとります。

指導員 杉原理恵(クラシックバレエ教師・社) ダンス教育振興連盟JPAC認定ダンス指導員  
参加費 4,950円(税込)/月

**かんたんエアロ&リラクゼーションストレッチ(ぼちぼち組)**

ストレッチ、筋トレをしながら、膝腰の痛みを予防・緩和しましょう。リズムで、脳を活性化し、認知症予防に努めます。後半はリラクゼーションをして、すっきりしてお帰りができます。



**かんたんエアロ&リラクゼーションストレッチ**

初心者の方でもできる簡単なダンス要素を取り入れたエアロピクスです。運動後にやさしいストレッチと呼吸法、瞑想を取り入れたリラクゼーションプログラムを行います。疲労やストレスを取り除き、回復力を促します。

指導員 濁川久美子(全米エクササイズスポーツトレーナー協会認定トレーナー・社) ダンス教育振興連盟JPAC認定ダンス指導員  
参加費 4,400円(税込)/月(2つの教室はどちらでも行けます)

**さんスポバドミントンクラブ**

小学生へのアンケートでやってみたい種目でNo.1の種目を始めます。活動会場については変更の場合もありますので、さんスポ事務局へお問い合わせください。バドミントンクラブ会員には月ごとにお知らせいたします。

指導員 金井広喜他(中高教諭保健体育免許取得・日本スポーツ協会バドミントンコーチ3取得)  
参加費 2,200円(税込)/月(シャトル代)

**さんスポバレーボールクラブ**

平成29年度より三和中学校の部活支援の教室を今年は地域クラブにしました。まずは気持ちよくバレーボールができることを目指します。

指導員 松栄由里(中高教諭保健体育免許取得・日本スポーツ協会バレーボールコーチ1取得)  
高橋守夫(日本スポーツ協会コーチリーダー取得)  
小松真由美他  
参加費 1,100円(税込)/月

**さんスポすいそうがくクラブ**

三和中学校吹奏楽部の活動を休日は地域の指導者の元、地域で行うことになりました。クラブ員の研鑽の時間を共有し、楽しみましょう!

指導員 石黒順子(いしぐろ音楽教室講師) 参加費 クラブ員へお知らせいたします

**親子キッズスポーツクラブ** (参加費は当日お支払いください)

期日 **4月27日(土)** 9:30~11:00  
会場 三和体育館  
対象者 幼児から低学年のお子さんと保護者  
会費 550円(税込)  
ニュースポーツ(ぼっちゃ・ラダーゲッター・ディスコン・カローリング)を用意しています。好きなだけ挑戦してください。 **メ切 4月15日(月)**

期日 **9月28日(土)** 9:30~12:00  
会場 三和体育館  
対象者 幼児から低学年のお子さんと保護者  
会費 550円(税込)  
段ボールでボール、割りばしで飛行機を作って遊ぼう。 **メ切 9月16日(月)**

**期日 1月25日(土)**

9:30~11:00  
会場 三和体育館  
対象者 幼児から低学年のお子さんと保護者  
会費 550円(税込)  
まずは自分でお茶をたてて、飲んでみましょう。お家の人と一緒に、お作法やマナーを学びます。お家の人のお茶をたててあげましょう! **メ切 1月13日(月)**

**期日 3月15日(土)**

9:30~11:00  
会場 三和体育館  
対象者 幼児から低学年のお子さんと保護者  
会費 550円(税込)  
身体の使い方を遊びながら学んで、運動能力を高めましょう! **メ切 3月3日(月)**

**源流たんけん**

期日 **7月6日(土)** 7:30~13:00  
会場 国立妙高少年自然の家  
対象者 幼児から小学校低学年のお子さんと保護者  
会費 1,650円(税込) 別途昼食代(460~600円ほど)  
妙高自然の家に集合して、インストラクター指導の下、行きます。6月初旬に詳しくお知らせいたします。 **メ切 6月3日(月)**

**きらきらツアー**

今年のツアーの行き先は『リベンジ・上高地』  
期日 **5月26日(日)** 7:30~18:30  
会場 三和体育館発着  
対象者 どなたでも  
参加費 11,000円(バス料金・保険料込み)  
定員 25名  
昨年は大雨でした。今年は青空バックの河童橋を撮りましょう! 滞在時間3時間半ありますので、おにぎりもって、明神池までウォークを楽しめます。今年には昼食を含んでいませんが、ホテルでのランチをご希望の方は実費【4,000円ほど】参加費とともにお申し込みください。  
県知事登録旅行業 第3種399号  
直接直江津観光へお申し込みください。TEL: 025-539-0066  
\*状況により中止の場合もあります。  
**メ切 5月13日(月)**

**ソフトバレー大会**

期日 **6月23日(日)** 9:00~17:00 毎年恒例、優勝賞品は雪中梅だよ!  
会場 三和体育館  
対象者 高校生以上  
会費 会員 2,750円(税込)(チーム) 会員外 3,300円(税込)(チーム)  
日ごろの成果をさんわでお試ください。初心者チーム大歓迎です!! **メ切 6月10日(月)**

**Sリーグ**

期日 **7月~3月全7回** 19:30~22:00  
会場 三和体育館  
対象者 高校生以上  
会費 11,000円(税込)(チーム)  
月に1回試合を行い、ソフトバレーで交流を図りましょう! 今年は復活のSリーグです。  
7/19, 8/2, 9/20, 10/25, 11/15, 2/21, 3/15 (3月だけ土曜午後・他は金曜日) **メ切 7月8日(月)**

**てるこさんのスイーツレッスン**

期日 **6月15日(土)、11月16日(土)、2月8日(土)** 10:00~12:00  
会場 オーレンプラザ 他  
対象者 どなたでも  
会費 会員 2,200円(税込)、会員外 2,750円(税込)(別途材料費)  
季節に合わせて、メニューを考えます。教室の途中でシェフの手作りおやつタイムがあります。作ったものはお持ち帰りいただけます。 **メ切 開催の2週間前**

**東京ドームツアー(巨人阪神戦)**

期日 **7月15日(祝・月)** 6:45~23:15  
会場 三和体育館発着  
対象者 どなたでも  
会費 22,000円(税込)(バス料金、B席チケット代)  
東京ドームが新しい生活様式に変わりました。今年も巨人阪神戦です。HPにてお知らせいたします。直接直江津観光へお申し込みください。TEL: 025-539-0066 **メ切 5月13日(月)**

**ふれあいテニス大会**

ファミリーの部 **11月23日(祝・土)**  
フレンドの部 **11月24日(日)**  
時間 9:00~17:00  
会場 三和体育館  
対象者 どなたでも  
会費 会員 550円(税込) 会員外 1,100円(税込)  
硬式テニスのダブルス。1年間の練習の成果をさんスポでお試ください! **メ切 11月11日(月)**

**バレエ発表会**

期日 **12月15日(日)** 11:00~12:00  
会場 オーレンプラザ  
対象者 どなたでも  
小さなバレリーナの輝く瞬間をぜひご覧ください。観覧無料 **メ切 11月11日(月)**

年会費	中学生以下	高校生以上
★一般会員	3,100円	5,200円
★加盟団体会員	2,100円	3,100円
★正会員(議決権あり)	-	6,200円

**イベント参加費のお振込がご利用いただけます**  
新井信用金庫 三和支店(普通) 0018771  
えちご上越農業協同組合 三和支店(普通) 0001894  
名義: NPO法人さんわスポーツクラブ理事長 高橋守夫  
手数料については各金融機関におたずねください

**運営委員、指導者、ボランティアスタッフ募集中!**  
あなたの**チカラ**をさんスポで生かしてください **まずは、ご連絡ください**

©すべての教室・イベントは会場・指導者等の都合で変更になる場合がございます。ご了承ください。