



2022年11月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 文化の日	4	5
			◎縫いぬいクラブ ◎やさしいヨガ ◎ウォーキング ◎放課後油絵 ◎カワイ体育 ◎陸上競技 ◎サッカー		◎サッカー	◎学童軟式野球 ◎キックボクササイズ
6	7	8	9	10	11	12
	◎山の会 ◎ウォーキング ◎学童軟式野球 ◎サッカー ◎タヒチ・フラ	◎楽しむ書 ◎シニアフラ ◎放課後きらめきクラブ	◎縫いぬいクラブ ◎やさしいヨガ ◎ウォーキング ◎放課後油絵 ◎カワイ体育 ◎陸上競技 ◎サッカー	◎3B体操 ◎らくらくヨガ ◎放課後きらめきクラブ ◎サッカー	◎パソコン教室 ◎学童軟式野球	◎親子・子ども油絵教室 ◎キックボクササイズ
13	14	15	16	17	18	19
	◎ウォーキング ◎学童軟式野球 ◎サッカー ◎タヒチ・フラ	◎楽しむ書 ◎放課後きらめきクラブ	◎縫いぬいクラブ ◎やさしいヨガ ◎ウォーキング ◎放課後油絵 ◎カワイ体育 ◎陸上競技 ◎サッカー	◎童謡唱歌 ◎3B体操 ◎らくらくヨガ ◎放課後きらめきクラブ ◎サッカー	◎アンサンブル ◎学童軟式野球	◎キックボクササイズ みなみあそ元気フェスタ「あつまり〜ん祭」
20	21	22	23 勤労感謝の日	24	25	26
みなみあそ元気フェスタ「あつまり〜ん祭」	◎ウォーキング ◎学童軟式野球 ◎サッカー ◎タヒチ・フラ	◎楽しむ書 ◎シニアフラ ◎放課後きらめきクラブ	◎ウォーキング ◎油絵教室 ◎陸上競技 ◎サッカー	◎3B体操 ◎らくらくヨガ ◎ハーブ ◎放課後きらめきクラブ (特別プログラム) ◎サッカー	◎パソコン教室 ◎アンサンブル ◎学童軟式野球	◎子どもお筆教室 ◎キックボクササイズ
27	28	29	30	※アンサンブルよりご連絡です。 11月4日、11日はお休み致します。 18日以降の場合によってはお休みになる場合も 有りますが、その際はまたご連絡をいたします。		
	◎ウォーキング ◎学童軟式野球 ◎サッカー	◎楽しむ書 ◎放課後きらめきクラブ	◎縫いぬいクラブ ◎やさしいヨガ ◎ウォーキング ◎放課後油絵 ◎カワイ体育 ◎陸上競技 ◎サッカー			

クラブ南阿蘇通信

R4 11

ひとつくり むらづくり いきがづくり

発行：NPO法人クラブ南阿蘇



11月になり朝晩の冷え込みも激しくなり、こたつが恋しい季節になりましたが、皆さま如何お過ごしでしょうか。
さて、今年は村の文化祭が復活し、「みなみあそ元気フェスタ「あつまり〜ん祭」」が開催されます！ 当クラブも実行委員会として協力しています。
体験教室やフリーマーケットもありますので、是非ご来場ください。
詳細は、元気フェスタパンフレットをご覧ください。(区長配布)

スポーツくじ



「クラブ南阿蘇は、スポーツ振興くじ助成金を受けて、総合型地域スポーツクラブマネージャー設置事業を実施しています」

おしらせ

みなみあそ元気フェスタ「あつまり〜ん祭」
11月19日~20日(土日)
白水小学校体育館周辺
ステージ発表・展示
体験教室やフリーマーケット開催!

会員の皆さまへご協力のおねがい

冬季イトメン商品販売のご案内を裏面に掲載しています。購入ご希望の方は別紙申込書でお申込みください。宜しくお願い致します。

*不要になったCDディスク、ガムテープの芯を集めています。捨てずに事務局までお持ちください。

元気もんウォーク「山の会」

11月山の会詳細は前号をご確認ください。
11月7日(月) 樫尾岳
阿蘇ビジターセンター8時半
12月は下記↓掲載

2022年度

元気もんウォーク「山の会」第9回 12月登山

名称：杵島岳の二つの火口(大鉢・小鉢)を巡る
登る山：杵島岳 1326m ▲:山を一部変更しました

12月2日(金) ※予備日: 8日(木)

体力度 〇〇〇 危険度 △△〇〇
(山の会基準: 牧ノ戸峠~久住山を体力度 〇〇〇〇〇 危険度 △△△〇とする)

- 行程
- 長陽中央公民館 8:30→
 - ↓
 - 火山博物館前 9:10
 - ↓ ※直接火山博物館前に行ってもよい
 - 杵島岳登山口 9:30
 - ↓
 - 杵島岳山頂 10:00
 - (休憩15分) 10:15
 - ↓ 杵島岳火口(小鉢):西回り
 - 往生岳分岐 10:40
 - ↓
 - 古御池火口底 11:10
 - (昼食) 12:00
 - ↓
 - 古御池(大鉢・大釜)周回
 - ↓
 - 杵島岳登山口 12:45
 - ↓
 - 火山博物館前 13:05
 - ↓
 - 長陽中央公民館 13:45



杵島岳火口(小鉢)



杵島岳山頂より古御池火口(大鉢・大釜)

参加締切：11月28日(月)
事務局 0967-67-0182
当日連絡先：「山の会」代表 矢野
090-5488-1460
※当日判断に困る場合は、矢野までご連絡ください!

※状況により、プログラムの中止や変更があります

- ◎カワイ体育教室(体育・新体操) 白水体育館
- ◎学童軟式野球クラブ 白水運動公園(雨天時:白水体育館)
- ◎ウォーキング LOOPみなみあそ駐車場集合
- ◎油絵教室 講師:中尾和弘
- ◎土曜子ども油絵教室 講師:中尾和弘
- ◎サッカークラブ 白水運動公園
- ◎陸上競技クラブ 白水運動公園(雨天:白水小学校体育館)
- ◎小学校放課後油絵教室 講師:中尾和弘
- ◎縫いぬいクラブ 長陽中央公民館
- ◎タヒチアングス(中級) 講師:船崎里江
- ◎フラダンスクラス 講師:船崎里江
- ◎らくらく健康ヨガ教室 講師:磯貝由貴子
- ◎子どもお筆教室 講師:吉田佳世
- ◎クンボール健康体操教室 ※9月いっぱいまで活動終了いたしました。今までご参加ありがとうございました。
- ◎子どもヨガ ひだまりば
- ◎やさしいヨガ 講師:浅尾理絵
- ◎シニアフラダンス 長陽中央公民館(第1研)
- ◎3B体操教室 講師:佐藤澄子
- ◎キックボクササイズ 講師:島田孝
- ◎大人のための楽しむ書 講師:中野 森代

各プログラム 参加者いつでも募集中!

賛助会員募集中!



Minami-Aso Organic Cafe
南阿蘇オーガニックカフェ

南阿蘇オーガニック(株)
南阿蘇の自然の中で
本物の美味しさを。
南阿蘇オーガニックカフェ
ASOBIO
(河陰546-4)
☎ 050-5595-8366

なごみ
なごみ
なごみ

パソコン教室
なごみ
受講生募集中!

同じことを
100回聞かれても
笑顔でお答えします
☎ 096-234-7880

木郷滝自然つりセンター

木郷滝
自然つりセンター
(高森町草部750)

釣りに感動
グルメで満足
☎ 0967-64-0440

株式会社
藤本建設工業

株式会社
藤本工業建設
(河陽3377-1)

地域貢献
環境にやさしい
☎ 0967-67-0138

ヤマザキ Y ショップ
Yamazaki

ヤマザキYショップ
茂田店
(河陰546-4)

食品、日用品
南阿蘇産米の日本酒など
取り扱っています
☎ 0967-67-2666

ENEOS
ENJOY CAR LIFE

有限会社 丸野石油店
(立野182-2)

給油・洗車
オイル交換など
大切な車の
メンテナンスも行います
☎ 0967-68-0019

株式会社
あそ望の郷みなみあそ

あじわい館・そば道場・あか牛の館・
各温泉施設・パークゴルフ場
新阿蘇大橋展望所「ヨ・ミュール」など
☎ 0967-67-0879

島手の
ちゃんぽん
血うどん

長崎伝統の
特製ちゃんぽん・
血うどん・
スープが他とは
一味も一味違
本場の味を
どうぞゆくまで
お楽しみください。

詰合せ
ちゃんぽん 詰合せ
血うどん
標準小売価格 1箱 3,024円
(税別価格 2,800円)

職人がバリッと揚げた麺と
あんかけスープ

長崎ちゃんぽん 麺100g×4袋、スープ4袋
長崎血うどん 麺60g×4袋、スープ4袋
■ダンボール、1ケース6箱入、包装外寸/357×298×80mm

長崎伝統の麺と特製スープ

株式会社 イトメン
長崎県長崎市津久葉町5-142
TEL 0957-25-7008 FAX 0957-25-7025

*会員価格: 2,300円

*会員価格: 3,290円

朝の賽で TS-45
標準小売価格1箱 4,968円(税込) (税別価格4,600円)
1,200g(50g×14個)/半箱250g(10個) 90g×28個/半箱250g(10個) 90g×28個
製造サイズ: 381×242×77mm

島原のれん VS-45
標準小売価格1箱 4,968円(税込) (税別価格4,600円)
1,200g(50g×14個)/半箱250g(10個) 90g×28個/半箱250g(10個) 90g×28個
製造サイズ: 381×242×77mm

島のしらべ LS-50
標準小売価格1箱 5,508円(税込) (税別価格5,100円)
1,200g(50g×14個)/半箱250g(10個) 90g×28個/半箱250g(10個) 90g×28個
製造サイズ: 381×242×77mm

長崎県特産品
島原 手延うどん・そば

一級製麺技術士が手がけた
厳選した原材料と、
手延べ製法ならではの
食感とコシを
お楽しみください。

細だしを
ふんだんに使用した
風味豊かな香り。

島原のれん 株式会社 イトメン
製造元 島原手延素麺協同組合

島のしらべ 株式会社 イトメン
製造元 長崎県長崎市津久葉町5-142
TEL 0957-25-7008 FAX 0957-25-7025

*会員価格: 2,850円 *会員価格: 2,900円

熊本県総合型地域スポーツクラブ並びに各地区スポーツクラブ活動資金づくり
「ちゃんぽん・血うどん、手延うどん・そば、鯛の賽で」販売のご案内

日頃より、クラブ活動にご参加いただき誠にありがとうございます。
今回も県連絡協議会よりご紹介があり、夏のそうめんに続き、冬季販売のご案内です。
クラブ収益(活動運営費)のため、会員の皆さまへのサービス充実のため、ちゃんぽん・うどん類の販売をいた
します。大手デパートで販売されているものと同等の商品で、会員の皆さまは**定価の約7割で購入**できますので
大変お買い得となっております。ご自宅用・贈答用または備蓄用として幅広くご利用いただける商品です。
是非この機会にお買い求めください。皆さまのご理解、ご協力をお願い申し上げます。

注文受付締切: 11月21日(月)午後5時まで お早めにお申込み下さい!
申込み方法: ①各個人で ②各プログラムでまとめて、別紙申込書を事務局へ提出
*ご不明な点は事務局までお問合せください。
*受付締切後にまとめて注文します。後日、商品が届き次第ご連絡いたしますので、事務局まで受取りに
お越しください。
※料金引き替え: おつりの要らないようご準備ください。
事業目的: SCS火の国クラブネット(熊本県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会)及び各スポーツ
クラブの自主財源確保をして、安定した運営、会員へのサービスを充実させるために実施いたします。
事業の概要: 「株式会社イトメン」と提携し、商品の取り扱いをし、収益は活動運営費の資金として活用します。
商品について: 「ちゃんぽん・血うどん詰め合わせ」この商品は、長崎伝統の製法で製造しており、独特の風味
を持っています。ソフトでしなやかな歯ごたえは、他とは違う麺となっております。
ご購入物としても大変人気があります。(自家用としても大人気)

***別紙「価格表・申込書」に必要事項を記入し事務局までお申込みください!**

お成金

~2022阿蘇ふるさと再発見活動報告~

秋晴れのさわやかな天気の下、楽しい時間を過ごしました。
草千里に到着後、「草千里のタカラモノを探せ!」という謎解きにチャレンジ。
3班に分かれて、秘密の指令書に従って、草千里を歩きました。
全員無事に「タカラモノ」を発見。答えは“ヒミツ!!”
葉祥明絵本美術館では、広い草原でスタンプラリー、草の上での昼食も最高でした。
最後はいよいよ溶岩トンネルへ。米塚の草原を歩いて、トンネルの入り口へ到着。
地面にぽっかりと空いた穴、いったい中はどうなっているのか、興味津々です。
3000年前に米塚の溶岩が造ったトンネル。
内部の壁には、溶岩の熱でできた溶岩鍾乳石が下がっています。
初めて見る光景に、阿蘇に住んでいても、全く知らなかったと一同目を見張りました。

