



2023年7月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1 ◎子どもお筆教室 ◎キックボクササイズ
2	3 ◎ウォーキング ◎学童軟式野球 ◎サッカー ◎タヒチ・フラ ★ウクレレ体験20時~	4 ◎放課後きらめきクラブ	5 ◎縫いぬいクラブ ◎ウォーキング ◎放課後油絵 ◎カワイ体育 ◎陸上競技 ◎サッカー	6 ◎3B体操 ◎らくらくヨガ ◎放課後きらめきクラブ (特別プログラム) ◎サッカー	7 ◎アンサンブル ◎学童軟式野球	8 ◎キックボクササイズ
9	10 ◎ウォーキング ◎学童軟式野球 ◎サッカー ◎タヒチ・フラ	11 ★脳トレ自遊書 ◎シニアフラ ◎放課後きらめきクラブ	12 ◎縫いぬいクラブ ◎ウォーキング ◎油絵教室・放課後油絵 ◎カワイ体育 ◎陸上競技 ◎サッカー	13 ◎3B体操 ◎らくらくヨガ ◎放課後きらめきクラブ ◎サッカー	14 ◎パソコン教室 ◎アンサンブル ◎学童軟式野球	15 ◎親子・子ども油絵教室 ◎キックボクササイズ 夏季水泳教室
16	17 海の日 阿蘇ふるさと再発見 ◎ウォーキング ◎学童軟式野球 ◎サッカー	18 ◎放課後きらめきクラブ	19 ◎山の会 ◎縫いぬいクラブ ◎ウォーキング ◎放課後油絵 ◎カワイ体育 ◎陸上競技 ◎サッカー	20 ◎童謡唱歌 ◎3B体操 ◎らくらくヨガ	21 ◎学童軟式野球	22 ◎キックボクササイズ ★子どもお筆教室
23	24 ◎ウォーキング ◎学童軟式野球 ◎サッカー ◎タヒチ・フラ	25 ◎山の会予備日 ★脳トレ自遊書 ◎シニアフラ	26 ◎縫いぬいクラブ ◎ウォーキング ◎油絵教室	27 ◎ハープ	28 ◎パソコン教室 ◎アンサンブル	29 ◎キックボクササイズ (6月振替分) 夏季水泳教室
30	31 ◎ウォーキング ◎学童軟式野球 ◎サッカー		◎陸上競技 ◎サッカー	◎サッカー	◎学童軟式野球	

※活動日時が変更になっているプログラム(★印)があります。

※アンサンブル：21日はお休みです。
※脳トレ自遊書は7月より月2回(第2・4火曜日)に変更になりました。

※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)
月 18:00~19:30
金 18:00~19:30

◎ウォーキング
LOOPみなみあそ駐車場集合
月水 16:30~
※詳細は横山直美さん (090-8883-1773)まで

◎油絵教室 講師: 中尾 和弘
アトリエだんだん (河陰3617-2)
第2・4水 10:00~12:00
19:00~21:00

◎土曜子ども油絵教室
講師: 中尾 和弘
アトリエだんだん
第3土 10:00~12:00

◎サッカークラブ
白水運動公園
月水木 年中~小3 18:30~19:30
小4~6・中学生 18:30~20:30

◎陸上競技クラブ
白水運動公園(雨天:白水小学校体育館)
水 小学生 18:00~19:00
中学生以上 18:30~19:30

◎タヒチアングス (中級)
講師: 船崎 里江
長陽中央公民館 (第1研)
第1~3月 19:00~20:00

◎フラダンスクラス
講師: 船崎 里江
長陽中央公民館 (第1研)
第1~3月 20:00~21:00

◎3B体操教室 講師: 佐藤 愛子
長陽中央公民館 (第1研)
第1~3月 9:30~11:30

◎キックボクササイズ
講師: 磯田 孝
久木野総合センター多目的研修室
土 [1コマ]17:30~18:30
[2コマ]18:30~19:30
[3コマ]19:30~20:30

◎小学校放課後油絵教室
講師: 中尾 和弘
久木野総合センター (和室)
水 放課後~

◎縫いぬいクラブ
長陽中央公民館
水 10:00~15:00

◎ハープ教室 講師: 坂口 愛子
ママノートガーデン (河陰3532-20)
第4水 14:00~15:30

◎アンサンブル
長陽中央公民館 (第1研)
金 10:00~12:00

◎子どもお筆教室
講師: 吉田 佳世
LOOPみなみあそ フルール-A
第1・3土 14:00~16:00

◎パソコン教室
講師: パソコン教室なごみ
長陽中央公民館 (第2研)
第2・4金 時間は各コースごと

◎脳トレ自遊書 (改名)
講師: 中野 義代
長陽中央公民館 (第2研)
第2・4火 10:00~11:30
7月より月2回に変更!



新規プログラムも募集します! お問い合わせは事務局まで! 各プログラム 参加者いつでも募集中!

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」

**正会員の皆様へ
~総会のお礼~**

Thank you

6月5日月曜日、正会員の皆様にご出席・委任頂き、無事に総会を終えることができました。誠にありがとうございました。今後もクラブ運営にご協力頂きますよう宜しくお願い致します。

暑中見舞い、申しておげます

梅雨が明けると夏本番を迎えます。毎日暑い日が続くと体力も気力も失われます...暑さ対策はきちんと行い熱中症などならないように気を付けましょう!

7月7日は七夕。短冊にどんなお願い事を書きますか?家族みんなで七夕飾りを作って楽しみましょう。きれいな天の川が見られることを祈って...

イトメン商品販売のお礼

今回もたくさんの方々にご注文頂きまして誠にありがとうございました。商品が届きましたらご連絡いたしますので、なるべくお釣りの要らないようにご準備ください。

冬季には、ちゃんぽん・うどん・そばなどの販売も予定していますので、また宜しくお願い致します。

元気もんウォーク「山の会」

7月山のお知らせは、裏面をご確認ください。

※8月の詳細は次号でお知らせします!

クラブ南阿蘇 通信

ひとつくり むらづくり いきがいくくり
発行: NPO法人クラブ南阿蘇



2023 阿蘇 “ふるさと再発見” 参加者募集!

2023阿蘇ふるさと再発見の参加者を募集しています。1回目の締め切りは過ぎていますが、定員を満たしていない場合、受付可能となる場合もありますのでお問合せください。2回目10月14日の締め切りは9月15日となっていますので、参加ご希望の方はお早めにお申し込みください。下記QRコードよりお申込みできます。お問い合わせは、クラブ事務局まで。

2023 阿蘇 “ふるさと再発見”

参加者募集

阿蘇の大自然の中で子どもたちに豊かな体験を!
7月と10月に開催 阿蘇ジオガイドのご案内する
とってもスペシャルな企画です!!!

第1回 7月17日(月・祝) 受付時間: 8時半 集合: 南阿蘇村長陽中央公民館
対象: (高森町・南阿蘇村)在住の小学5年生・6年生
参加料金: 子ども500円 (マイクロバス代、資料代等込)
内容: 南阿蘇水源めぐり → 南阿蘇パノラマライン展望所 → 立野ダム水辺の探検
申込期限: 6月30日 先着: 20名

第2回 10月14日(土) 受付時間: 8時半 集合: 南阿蘇村長陽中央公民館
対象: (南阿蘇村・高森町)在住の小学校3年生~6年生、保護者の方
※3年生と4年生は保護者同伴のみ参加できます
参加料金: 子ども500円 大人1500円 (マイクロバス代、入館料等全て込)
内容: 中岳火口トレッキング → 草千里ヶ浜 → 震災ミュージアム・黒川ウォーク
申込期限: 9月15日 先着: 30名(小学生)、10名(保護者)

お問い合わせ先: NPO法人クラブ南阿蘇 ☎0967-67-0182 fax0967-67-3352
info@clubminamiaso.org

主催: NPO法人クラブ南阿蘇 主管: “ふるさと再発見”実行委員会
後援: 高森町教育委員会・南阿蘇村教育委員会
阿蘇ジオパークガイド協会

7月17日(月・祝) 10月14日(土)

8:30 受付 8:30 受付

はじまりの会 8:30 受付

9:00 出発 9:00 出発

9:30 南阿蘇水運めぐり 9:45 中岳火口トレッキング

11:30 南阿蘇パノラマライン展望所 12:10 草千里ヶ浜(昼食)

12:15 昼食 12:10 震災ミュージアム

13:00 立野ダム水辺の探検 13:00 黒川ウォーク

15:30 立野ダム水辺の探検終了 16:00 長陽中央公民館着

16:00 長陽中央公民館着 16:30 さよなら

16:30 さよなら

受付時間: 8:30 解散 16:30

集合場所: 南阿蘇村長陽中央公民館 第2研修室(会議室) (南阿蘇村河陽3575)

持ち物: 昼食飲み物 帽子 歩きやすい靴 タオル 筆記用具

お問い合わせ先: NPO法人クラブ南阿蘇
お申し込みは右のQRコードからでもできます → ふるさと再発見
お問い合わせフォーム
info@clubminamiaso.org
☎0967-67-0182 fax 0967-67-3352

ふるさと再発見 参加申込書 提出先: クラブ南阿蘇

参加者人数合計 名 下に参加者全員の氏名、年齢、性別、学年、生年月日を記載してください

住所 〒

保護者 お名前 緊急連絡先電話番号

参加の日にチェックをお願いします

第1回 7月17日参加 第2回 10月14日参加

開催前にお持ち物についての追加連絡や、悪天候(通常の雨天決行)等で担当よりお電話をすることがあります。ご都合の良い時間帯があればお知らせください。

この活動では、子どもゆめ基金への報告のために写真撮影を行います。提出された個人情報(写真は、「(独)国立青少年教育振興機構が保有する個人情報の適切な管理に関する規程」に基づき子どもゆめ基金助成業務以外の目的には使用されません。

賛助会員募集中!



Minami-Aso Organic Cafe
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
南阿蘇のパソコン教室
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 藤本建設工業
(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
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



2023年度 元気もんウォーク「山の会」第4回 7月登山

名称 : 浅ヶ部八十八ヶ所霊場巡り(高千穂)
登る山 : 浅ヶ部八十八ヶ所の内の43ヶ所を回ります

7月19日(水) ※予備日:25日(火)

※参加料:1,000円(ガイド料を含む) ※ガイドを依頼するため早めに人数把握が必要です。※締切:7月8日までとします!

体力度 危険度 (ほぼ無し)
(山の会基準:牧ノ戸峠~久住山を体力度 危険度 とする)

- 行程 :
- 集合 8:30 長陽中央公民館 : 乗り合わせ
 - ↓
 - 9:00 高森駅駐車場 : 乗り合わせ
 - ↓
 - 10:00 高千穂観光所でガイドと合流
 - ↓
 - 10:30 浅ヶ部公民館
 - ↓
 - 12:30 仁田野茶屋で昼食
 - ↓ 移動
 - 14:00 高千穂峡
 - ↓
 - 15:30 高千穂峡発
 - ↓
 - 16:30 高森駅帰着



赤の部分が今回歩くところです



霊山寺



第45番札所 岩屋寺

地元の方のお話によると、200年ほど前(天明~天保年間:大飢饉が続いた時期)疫病が流行ったころ、村の有志が四国のお遍路に行き、八十八ヶ所の土を持ち帰り、浅ヶ部の八十八ヶ所に埋め、その上にお堂を建てたのが始まりだということです。医者もいない山奥の地、弘法大使に救いを求めた人々の祈りが込められた逸話です。その為でしょうか、いくつかお参りした中でも、「薬師如来」が祀られているお堂が多かったような気がします。今も、毎年5月10日には大師講が開かれ、お接待が行われています。今回は、ガイドと一緒に回ります。ちょっとディープな高千穂を味わってみませんか。

参加締切 : 7月8日(土) 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!



2023年度 夏季水泳教室 (参加対象者:小学3~6年生) コロナの影響で中止していましたが、今年は4年ぶりに開催いたします!! 参加申込みされた小学生は、最後まで休まず頑張りましょう!

初心者コース:19時~ 競泳コース:20時~
※悪天候など、状況により中止する場合があります。

7月:15日(土)・16日(日)・23日(日)・29日(土)・30日(日)
8月:5日(土)・8日(火)・10日(木) (全8回)

場 所:南阿蘇村白水B&G海洋センター

※参加する時は、忘れずに必ず参加証カードを受付に出してください!(締切後に送付)



※保護者の方もプールサイドで見守りをお願いします!
※教室開催時、B&Gは貸し切りとなります。
教室参加者以外のプールのご利用はできません。

(南阿蘇村教育委員会委託事業)

世界一簡単な弦楽器♪ ボンボ藤井のウクレレ体験レッスン



レッスン初回は、6月5日月曜日20時から行われました。講師のボンボ藤井さんは、くまもん体操をはじめ、ご当地キャラクターのテーマソングや皆さん聞き覚えのあるCMソング...藍のあまくさ村やホワイト歯科、ルマンαなどなど、熊本で放映されている数えきれないほどのCMソングなど多数制作されているかたです。今回の体験は3回で「カイマナヒラ」を1曲弾けるようになる!というもの。初回は、ウクレレの持ち方や簡単なコードを覚え、まずは「ハッピーバースデー」を弾いてみました。レッスンの終わりには、ボンボ藤井さんが3曲ほどウクレレを弾いてくれました。また、体験レッスンが終わるまで皆さんにウクレレを貸して頂けるという事で、「自宅でも練習ができる~!」と皆さん大変喜ばれました。最終日には「カイマナヒラ」が弾けるようになっていくことでしょう(^.^)

