★パソコン教室

◎アンサンブル

阪程定煙童学

◎学童軟式野球

◎アンサンブル

◎学童軟式野球

◎パソコン教室

◎アンサンブル

◎学童軟式野球

※3B体操教室は2回のみ

※ 状況により、プログラムの中止や変更があります

※学童軟式野球は8月~土日追加

※放課後きらめきクラブ8月お休み

18

25

ILIME

◎らくらくヨガ

◎サッカー

◎サッカー

夏季水泳教室

回らくらくヨガ

⊚サッカー

◎山の会

★3B体操

⊚ハーブ

⊚サッカー

★3B体操

⊚サッカー

★らくらくヨガ

31

24

10

17



±

◎子どもお箏教室

のキックポクササイブ

◎キックボクササイズ

★学童軟式野球

◎親子・子ども油絵数章

◎子どもお箏教室

◎キックボクササイズ

★学童軟式野球

◎キックボクササイズ

土曜日子ども油絵教室

講師:中屋 和弘

(1)第3 生10:00~12:00

♠ アトリエだんだん。

○ 縫いぬいクラブ

\delta 長陽中央公民館

(1) 水 10:00~15:00

アンサンブル

子どもお箏教室

講師:吉田佳世

● 長陽中央公民館(第1研)

(1) **金** 10:00~12:00

⚠LOOPみなみあそ フリールームA

19

26

夏季水泳教室

クラス 南阿蘇

ひとづくり むらづくり いきがいづくり 発行: NPO法人クラブ南阿蘇

今月裏面は ありません。



残暑が見舞い

います。被災された皆さまに心よりお見舞い申し上 げます。

さて、南阿蘇鉄道が7年ぶりに全線開通しました。

これからもっともっと元気で活気のある 南阿蘇村になっていってほしいですね。 楽しい夏休み!如何お過ごしですか? まだまだ暑い日が続きます。 皆さまご自愛ください。

プログラムの活動紹介募集!

クラブ通信またはHPなどで紹介したいプログラムは事務

局までお知らせください。また、Facebookでもご紹介で

きます。新プログラムや行事イベントなども募集!

*不要になったCDディスク、ガムテープの芯を集めてい

活動写真や掲載内容を事務局まで送ってください。

各プログラムの活動紹介や会員募集など、

ます。捨てずに事務局までお持ちください。



WINNER

0000 BIG

「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

阿蘇ふるさと再発見 20日:10月14日 参加者募集中! 9月15日締切り 詳細&お申込みは こちら→



元気もんウォーク 「山の会」

8月山の会のお知らせは、 下記をご確認ください。

※9月の詳細は 次号でお知らせします!





元気もんウォーク「山の会」第5回 8月登山

山の名称 : 八方ヶ岳 1052m 山鹿市

宜しくお願い致します。

8月24日(木) ※予備日なし

体力度 🕿 🕿 🔿 〇〇 危険度 🗥 🗘 〇〇 (ほぼ無し) (山の会基準:牧ノ戸峠~久住山を体力度 🕿 🖎 🖎 危険度 🗥 🗥 Oとする)

行程:

集合 長陽中央公民館 7:30

> 矢谷渓谷登山口 9:30 標高500m

穴川越 10:30 標高840m 稜線985m 班蛇口分岐 標高1020m 11:15

八方ヶ岳山頂 11:30 標高1052m

昼食

下山開始 12:30

(沢で休憩)

長陽中央公民館

矢谷渓谷登山口 15:00

> 17:00 ※道路状況によっては30分程度早くなるかもしれません。

参加締切:8月21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!





番所集落は、日本棚田百選の名所です。 ヒガンバナが棚田の縁を飾る季節は、 多くの観光客でにぎわいます。

※「番所」は筑前矢部と豊後津江への交通の 要衝であり、百姓番二人詰の番所があった。



○ 3 B体操教室 講師:佐藤澄子 長陽中央公民館(第1研)

2023年8月カレンダー

※活動日時が変更に

なっているプログラム

(★印) があります。

◎ウォーキング

◎学童軟式野球

◎タヒチ・フラ

◎ウォーキング

◎学童軟式野球

◎タヒチ・フラ

のウォーキング

◎学童軟式野球

◎ウォーキング

◎学童軟式野球

◎サッカー

○カワイ体育教室(体育・新体操)
○ 学童軟式野球クラブ

◎サッカー ◎タヒチ・フラ

◎サッカー

◎サッカー

14

21

28

★学童軟式野球

★学童軟式野球

白水体育館

△ 白水運動公園

① 水 幼児クラス 16:30~17:30

○ タヒチアンダンス (中級)

● 長陽中央公民館(第1研)

第1~3 月 19:00~20:00

○ 元気もんウォーク「山の会 I

① 第1~3 ★9:30~11:30

長陽中央公民館集合

講師: 舩嶋 里江

① 月水木 年中~小3 18:30~19:30

小4~6.中学生 18:30~20:30

2

★シニアフラ

◎脳トレ自遊書

夏季水泳教室

15

22

◎脳トレ自遊書

◎シニアフラ

○ 白水運動公園(雨天時:白水体育館)

○ 陸上競技クラブ

白水運動公園(雨天:白水小学校体育館)

① 水 小学生 18:00~19:00

① 月金18:00~19:30

○ フラダンスクラス

○ シニアフラダンス

講師: 舩嶋 里江

● 長陽中央公民館(第1研)

● 長陽中央公民館(第1研)

(1) 第2.4火 13:00~15:30

第1~3月 20:00~21:00

金田 8:30~13:00

◎縫いぬいクラブ

◎ウォーキング

◎カワイ体育

◎縫いぬいクラブ

◎縫いぬいクラブ

◎縫いぬいクラブ

◎縫いぬいクラブ

◎ウォーキング

◎カワイ体育

○ ウォーキング

①月水16:30~

○らくらく健康ヨガ教室

講師:磯貝 由貴子

○ キックボクササイズ

講師:島田 享

● 長陽中央公民館(第1研)

○ 久木野総合センター多目的研修室

⊕ (1⊐₹)16:30~17:30

(1) 第1~3 (木) 14:00~15:15

★ LOOPみなみあそ駐車場集合

※詳細は横山直美さん

(090-8883-1773)まで

◎陸上競技

◎サッカー

◎ウォーキング

◎油絵教室 ◎カワイ体育

◎陸上競技

◎サッカー

◎ウォーキング

◎陸上競技

◎サッカ-

23

◎ウォーキング

〇油絵教室

◎カワイ体育

◎陸上競技

◎サッカ-

16

◎陸上競技

◎サッカ−

9



○ 放課後きらめきクラブ (月1回:特別プログラム有り)

① 火 余 16:30~18:00 (18:30までにお迎え終了)

[27]18:30~19:30 [3]7]19:30~20:30 会員

講師:小佐井 浩子

長陽中央公民館(第2研) 第3 未10:00~11:30

⑥ 童謡·唱歌教室

◎パソコン教室

講師:パソコン教室なごみ \delta 長陽中央公民館(第2研)

○ 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

小学校放課後油絵教室

久木野総合センター(和室)

◎ ハーブ教室 講師:坂口愛子

ママホットガーデン (河陰3532-20)

第4余 14:00~15:30

港師・山尾 和弘

√ 放課後~

19:00~21:00

(!) 第2・4 金 時間は各コースごと



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





① 第1⋅3 ± 14:00~16:00 ○ 脳トレ自遊書(改名)

♠ 長陽中央公民館(第2研) 第2·4 火 10:00~11:30

