

# 2025年3月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1						◎学童軟式野球
2						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
3	3/22					◎学童軟式野球
4						◎子ども油絵教室
5						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
6						◎学童軟式野球
7						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
8						◎学童軟式野球
9						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
10						◎学童軟式野球
11						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
12						◎学童軟式野球
13						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
14						◎学童軟式野球
15						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
16						◎学童軟式野球
17						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
18						◎学童軟式野球
19						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
20						◎学童軟式野球
21						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
22						◎学童軟式野球
23						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
24						◎学童軟式野球
25						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
26						◎学童軟式野球
27						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
28						◎学童軟式野球
29						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ
30						◎学童軟式野球
31						◎ピノキオ倶楽部 ◎キックボクササイズ

# クラブ南阿蘇 通信

ひとつくり むらづくり いきがいつくり  
 発行：NPO法人クラブ南阿蘇



三寒四温を繰り返しながら少しずつ春が近づいてきたと感じる今日この頃です。いよいよ、2024年度の活動も今月で最後の月となりました。次年度(2025年度)の活動にもまた、多くの会員の皆様にご参加頂けるよう、事務局として、サポート出来ればと思っております。また、会員さん同士の交流の場として、イベント等もたくさん計画していこうと思っておりますので、どんどん参加して頂ければ嬉しいです。

元気もんウォーク「山の会」  
 3月「山の会」  
 詳細は裏面に掲載しております

「ガチャポン抽選会」  
 当選された商品券には使用期限があります。期限内にご使用下さい。期限切れの商品券は使用出来ませんのでご注意下さい。

※都合により3月3日(月)は事務所不在です。

「クラブ会員 更新手続きはお済ですか?」

更新手続きのお済みでない方は、3月中旬頃までに「入会申込書」に必要事項を記載の上、年会費を添えて、クラブ南阿蘇事務局までお手続きをお願いします。(詳細は、クラブ通信2月号でご確認ください) 休会・退会ご希望の方も、必ずお手続きをお願いします。(届出書類は、クラブ事務局もしくは、クラブHP内にあります)

※クラブ通信3月号までは全世帯に郵送していますが、4月号からは希望者のみの発送となります。

## 令和6年度「クラブ南阿蘇」 会員交流会第3弾 クラブ南阿蘇杯 第3回パークゴルフ大会

親子で、お友達同士で.. みんなで楽しく、プレーしませんか?

★ 開催日: 3月15日(土) 小雨決行

★ 時間: 9時集合・受付 9時30分スタート 終わり次第終了(13時終了予定)

★ 参加費: 会員(中学生以上) ¥400(会員外¥600)  
 : 会員(小学生) ¥250(会員外¥400)  
 ※小学生は、親子(家族)チームでプレーします。

★ 場所: 長陽パークゴルフ場 (河陽4732-1)



参加賞・賞品を用意してみんなの参加を待ってるよ

### 参加者募集

参加希望の方は、下記締切日までにクラブ事務局(☎67-0182)までお電話でお申込下さい。

**申込締切: 3月7日(金)**

【その他】  
 \*運動の出来る服装・靴でご参加下さい。  
 \*参加費はレンタル代(クラブ・ボール)込の金額です。(マイクラブ・マイボールをお持ちの方は、ご持参頂いて結構です。)  
 \*小学生は必ず保護者同伴をお願いします。  
 \*小学生以下のお子様は参加出来ません。ご了承下さい。  
 \*雨天時など天候不良の場合は中止とします。態度決定は、前日17時に決定します。各自、クラブHP及びオープンチャットにてご確認ください。

※活動日時が変更になっているプログラム(★印)があります。  
 ※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 幼児クラス 17:00~18:00 児童クラス 18:00~19:00	◎学童軟式野球クラブ 白水運動公園 月(金) 18:00~19:30 土(日) 9:00~12:00	◎ウォーキングクラブ LOOPみなみあそ駐車場集合 月(水) 16:00~ ※詳細は横山直美さん(090-8883-1773)まで	◎油絵教室 アトリエだんだん (河陽3617-2) 第2・4 水 10:00~12:00 19:00~21:00	◎土曜子ども油絵教室 アトリエだんだん 第2・3 土 10:00~12:00
◎サッカークラブ 白水運動公園 月(水) 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 小学生 18:00~19:00 中学生以上 18:30~19:30	◎シニアフラダンス ※休止中 長陽中央公民館 (第1研) 第2.4 火 13:00~15:30	◎小学校放課後油絵教室 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
◎タヒチアングス (中級) ※3月 体験レッスン開催中 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 ※3月 体験レッスン開催中 長陽中央公民館 (第1研) 第1~3 月 19:00~20:00	◎5くらく健康ヨガ教室 長陽中央公民館 (第1研) 第1~3 木 13:30~14:45	◎脳トレ自遊書 長陽中央公民館 (第2研) 月1回 火 10:00~12:00	◎アンサンブル ※今月で終了 長陽中央公民館 (第1研) 金 10:00~12:00
◎元気もんウォーク「山の会」 長陽中央公民館集合 各月山の会要項参照	◎キックボクササイズ 久木野総合センター多目的研修室 土 [1コマ]17:00~18:00 [2コマ]18:15~19:15 [3コマ]19:30~20:30	◎ZUMBA 久木野総合センター多目的集会场 日 10:00~11:00	◎ウクレレ教室 ※3月 体験レッスン開催中 長陽中央公民館 (第2研) 第1・3 月 20:00~21:00	◎子どもお筆教室 LOOPみなみあそ フリールームA 第1・3 土 14:00~16:00
◎3B体操教室 長陽中央公民館 (第1研) 第1~3 土 9:30~11:00	◎機能改善&体幹強化ピラティス LOOPみなみあそ フリールームB 火 10:30~11:30	◎ピノキオ倶楽部 くぎの工房 (久石2169-1) 土 13:30~18:00		
◎放課後きらめきクラブ ※3月 活動なし 白水小学校・久木野小学校・南阿蘇西小学校 (各体育館など) 小学4年~6年生対象 火 16:30~18:00 (18:30までにお迎え終了)				

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!

賛助会員募集中!



SUPPORT

**NEW**

阿蘇健康農園  
ASO HEALTH FARM

(有)阿蘇健康農園  
(河陽5542-1)

阿蘇大自然の恵みいっぱいの農園  
こだわりの安心安全な野菜・農園  
オリジナルの農産加工品を収穫販  
売しています。

☎ 0967-63-8500

**NEW**

南阿蘇いちご園  
ベリー樹ベリー  
(河陽2949-2)

いちご狩り  
けずりいちご  
キッチンカー-kezuriya本舗

☎ 090-4994-5425

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

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

SOUTH ASO  
ENJOY CAR LIFE  
ENEOS  
SAFETY  
BARBERS OIL

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

木郷滝自然りセンター

木郷滝  
自然りセンター  
(高森町草部750)

釣りに感動  
グルメで満足

☎ 0967-64-0440

株式会社  
あそ望の郷みなみあそ

あじわい館・そば道場  
あか牛の館・パークゴルフ場

☎ 0967-67-0879

2024年度

元気もんウォーク「山の会」第11回 3月登山

2025年3月28日(金) ※小雨決行

予備日なし

名称: 木ノ葉山と西南の役 戦跡巡り

登る山: 木ノ葉山(286m)

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

行程

集合 長陽中央公民館 8:30  
↓ 乗り合わせ  
玉東町役場 10:00  
登山開始  
木ノ葉山山頂 286m 11:00  
↓  
玉東町役場 12:00~13:00  
有栖川宮記念碑 昼食  
↓  
戦跡巡り 13:00~15:00  
官軍本陣・官軍墓地  
赤十字発祥の地・横平山砲台跡・田原坂  
15:00  
↓  
長陽中央公民館着 16:30 解散



西南戦争の激戦地、田原坂

西南の役の弾痕が残って  
いる弾痕の家。  
隣には資料館がある。

民謡「豪傑節(新豪傑節)」

雨は降る降る人馬は濡れる、  
越すに越されぬ田原坂

木葉山は、玉東町役場裏からの「テレビ  
塔コース」から登ると1時間程度で登るこ  
とができ、登山初心者の方にはピッタリ  
です。  
山道には、有志の方が設置された案内板  
もあるので安心して登山に挑戦できます。

参加締切 3月24日(月)まで 事務局 0967-67-0182  
当日連絡先: 「山の会」代表矢野 090-5488-1460



2025年度 元気もんウォーク「山の会」年間計画

2025年度 山の会年間計画

月	日	登る山	体力度	ルート等
4月	18日(金)	高千穂町: 浅ヶ部地区 お大師さん茶屋巡り	1	浅ヶ部に集落が守り続けているお大師さん。今年の中腹の岩屋山茶屋まで歩きます。
5月	8日(木)	白岩山: 五ヶ瀬町 1620m	3	いつもはキレンゲショウマの咲く時季に登ってましたが、今年の目当てはヤマシャクヤクです。
	16日(金)	皿山: 阿蘇中央火口丘 1303m	2	ミヤマキリシマが咲き誇る季節。混雑を避けて、穴場の皿山で堪能します。昨年は山上駐車場付近でも見事でした。
6月		※お休み		
7月	19日(土)	冠山: 阿蘇南外輪 1154m	3	緑に囲まれた南外輪山の稜線歩きです。
8月	19日(火)	うそぐいの滝	2	高森町津留地区にある幻の滝。川がなく、阿蘇火砕流の岩盤から噴き出す不思議な滝です。最大落差30m
9月	13日(土)	三角岳: 宇土半島 406m	3	鮮新世頃に噴火したデイサイトの溶岩ドームの山。宇土半島先端の切り立った三角形が特徴的です。
10月	20日(月)	ミソコブシ: 涌蓋山系 1299m	3	久住ハ丁原発電所から一目山を經由してミソコブシまで。涌蓋山までは登りません。竜胆の咲く快適な草原歩きです。
11月	11日(火) 12日(水)	雲仙岳(普賢岳): 島原 1359m 宿泊登山	4	1991年の大火砕流の記憶が生々しい普賢岳ですが、現在は火道が冷却収縮し、溶岩ドームは沈降中です。翌日は、島原の乱の激戦地、原城を尋ねます。
12月	7日(日)	地藏峠~羅漢山 自然遊歩道	2	地藏峠から旧久木野中学校まで、南郷谷を見下ろしながら遊歩道を下ります。バス利用の、片道歩きです。
1月		※お休み		条件が良ければ雪の杵島岳又は烏帽子岳
2月	4日(水)	飯田山: 熊本市 431m	2	熊本市の金峰山に背くらべて負けて「もう、いいださん」と言ったために飯田山となったという民話が残る山です。
3月	7日(土)	不動岩: 山鹿市	1	岩の高さは約80m、根回りは100m。5億年以上も前の古生代の『変はんれい岩』からできたもので、海底が隆起したさざれ岩が見られます。その後は、山鹿の町歩き。新酒祭りの前日なので、お土産にどうぞ。お土産ですよ!!

実施曜日一覧

月1 火2 水2 木1 金2 土3 日1

参加申込と実施の判断は下記のとおりです。  
○安全面の確保のため、登山日の4日前までに、事務局に電話ないしメールで申し込んでください。  
※バス利用や宿泊の場合は2週間程度前になります。  
○雨マーク中止のルールは従来どおりです。  
登山前日の夕方6時のNHKの天気予報で、翌日の実施時間帯に一つでも雨マークがあれば中止します。  
山の会からの中止連絡は致しませんので、判断に迷う場合は、事務局か代表に確認して下さい。

「山の会」活動維持のため、以下の取り決めがあります。

- 山の会年会費1人500円(クラブ入会時に一緒にお支払いください)
- 駐車スペースの関係で、なるべく乗り合わせて移動します。その際の車代は次の通り計算します。  
距離(1km30円)×台数÷人数(運転者を含む) 燃費は考慮しない。  
※例: 久住の長者原まで、12人が3台に分乗した場合。  
往復140km×30円×3台÷12人=1,050 10円未満は切り捨てます。  
車を出される方の負担をなるべく軽減するための算出方法ですので、よろしくお願ひします。  
※マイクロバス利用時や入山・入館料など、別途費用が掛かる場合があります。

