文部科学省推進事業　総合型地域スポーツクラブ[Goppo ええぞなクラブ]会報誌

平成 24 年度 6 月、7 月号　No.４０

ごっぽっ報

＜問い合せ先＞「Goppo ええぞなクラブ」事務局 TEL /FAX 0836-39-6336 携帯 090-3175-6144
(E-mail)goppoeezona@yahoo.co.jp（ホームページ)http://goppoeezona.ddo.jp/
〒755-0241 宇部市東岐波丸尾 4138 番地 11 号　[平日 9:00～18:00]

貯筋運動クラブ開始

[高齢になっても毎日健康で楽しく]

6 月より毎週日・月曜日の 10:30～12:00 に実施します。なお使用する貯筋通帳は 6 月初旬より Goppo ええぞなクラブ事務所にて 200 円で販売予定です。

[アンケートのお願い] コアトレーニング(増設)、絵手紙、囲碁、ヒューストンなどの時間帯のアンケートをお願いいたします。右記の QR コード、またはホームページからアンケートの受付を行っております。閲覧するのが難しい場合は直接お電話、またメールにてご連絡ください。なおこのアンケートの回答締め切りを延長させて頂いてます。(7 月　　日まで)

＜行事案内＞参加者募集！多数のご参加をお待ちしております。

卓球編ｽﾃｯﾌﾟｱｯﾌﾟｾﾐﾅｰ 2012 年ﾊﾟｰﾄ 1

卓球の技術を向上させたい人・卓球に興味のある人

日　時:平成 24 年 6 月 16 日(土)9:00～12:00
会　場:Goppo ええぞなｸﾗﾌﾞﾊｳｽ
講　師:福田　明子　氏
対　象:小学生以上
定員:25名
持参物:卓球できる服装・飲料水
　　シューズ・ラケット(ある方)等
保険料:会員無料、非会員 100 円

ﾌﾟﾛ野球観戦　※残りわずか！

福岡 ｿﾌﾄﾊﾞﾝｸﾎｰｸｽ VS 北海道日本ﾊﾑﾌｧｲﾀｰｽﾞ

日時:平成 24 年 6 月 23 日(土)
9:00(東岐波出発)～21:00(東岐波到着)
集合場所:東岐波ふれあいｾﾝﾀｰ
参加費:会員 9,000 円、一般 10,000 円
締切:5 月 31 日(木)(必着)
申し込み方法:官製ﾊｶﾞｷに住所、氏名、年齢、電話番号「ﾌﾟﾛ野球観戦希望」と記入し Goppo ええぞなｸﾗﾌﾞ事務所に郵送お願いします。

＜行事実施報告＞

ｽﾃｯﾌﾟｱｯﾌﾟｾﾐﾅｰ剣道偏 2012 年ﾊﾟｰﾄ 1

4 月 7 日(土)こころの医療ｾﾝﾀｰ体育館で、東岐波在住の村田先生を講師に迎え、小・中・高校生 20 名の参加者が剣道の基本である構えから試合で使える技まで幅広い指導をしていただきました。基本動作を身につけるための楽しい練習方法を教えていただき、小学生も一生懸命取り組みました。後半には、中高生が個別に先生に相手をしていただける場面もあり、参加者はみんな大満足のｾﾐﾅｰとなりました。

第 4 回古街道を往く

4 月 15 日(日)丸尾 Goppo ｸﾗﾌﾞﾊｳｽ)から秋穂朝日山真照院までの約 21 kmｳｫｰｷﾝｸﾞを行い、参加者は一般 34 名、ｽﾀｯﾌ 16 名計 50 名となりました。100 年昔東に向かう人達が藤尾の渡しから船に乗って、秋穂、三田尻へと行った道、丸尾から約 100 年前に勧請された白松新四国 88 ヶ所、約 200 年前に勧請された秋穂 88 ヶ所の札所を巡りながら秋穂真照院まで歩きました。途中白松 88 ヶ所 41 番では接待を受けました。朝日山からはﾊﾞｽを使い、疲れた体を有志が作ってくださった豚汁でお腹を満たし、その後恒例の魚の景品を 3 名の方が得られました。

2012年　6月　Goppo ええぞなクラブ　カレンダー

※会場はお知らせを見てください。ただし、変更される場合がありますので、ご注意ください。

快適ウォーキング
会員　無料
非会員100円/回
野外

ふるさとウォーキング
会員　無料
非会員100円/回
野外

ヨーガ教室
会員　200円/回
非会員800円/回
ふれあいセンター

太極拳
会員　300円/回
非会員800円/回
Goppoクラブハウス

エアロビクス
会員　300円/回
非会員800円/回
※高校生以下
会員　100円/回
Goppoクラブハウス

剣道教室
会員　100円/回
非会員300円/回
東岐波中学校（月
こころの医療センター（金

ソフトテニス
会員　100円/回
非会員300円/回
東岐波中学校

バトミントン
会員　100円/回
非会員300円/回
こころの医療センター

詩吟
会員　300円/回
非会員800円/回
※参加希望の方は
ご連絡お願いします。
Goppo事務所2階

卓球クラブ
会員　100円/週
非会員300円/週
Goppoクラブハウス

月	火	水	木	金	土	日
～イベント情報～ 6月16日（土）ステップアップセミナー卓球編1[9:00～12:00] 6月23日（土）プロ野球観戦[9:00～21:00] 7月未定(土)ステップアップセミナー剣道偏2[9:00～12:00]				**1** 19:00 ヨーガ教室 19:00 剣道教室 19:00 バトミントン 19:30 卓球教室 19:30 スポーツチャンバラ （小学校）	**2** 10:00 操体法クラブ 13:00 ソフトテニス	**3** 5:00 快適ウォーキング 9:00 エアロビクス 10:30 貯筋運動クラブ
4 10:30 貯筋運動クラブ 19:00 剣道教室 19:30 書道教室 19:30 卓球教室 （小中学生向）	**5 芒種**（ぼうしゅ） 10:00 篆刻教室 11:00 太極拳 19:00 韓国語教室 19:30 卓球教室	**6** 10:00 コアトレーニング 11:00 エアロビクス 15:00 卓球クラブ	**7** 15:00 卓球クラブ 13:30 詩吟 19:00 護身術	**8** 19:00 剣道教室 19:00 バトミントン 19:30 卓球教室 19:30 スポーツチャンバラ （ふれあいセンター）	**9** 10:00 操体法クラブ 13:00 ソフトテニス	**10** 9:00 エアロビクス 13:30 貯筋運動クラブ 9:00 海岸清掃 山口宇部医療センター下別荘前
11 10:30 貯筋運動クラブ 19:00 剣道教室 19:30 書道教室 19:30 卓球教室 （小中学生向）	**12** 11:00 太極拳 19:30 卓球教室	**13** 10:00 コアトレーニング 11:00 エアロビクス 15:00 卓球クラブ	**14** 15:00 卓球クラブ 13:30 詩吟 19:00 護身術	**15** 19:00 ヨーガ教室 19:00 剣道教室 19:00 バトミントン 19:30 卓球教室 19:30 スポーツチャンバラ （小学校）	**16** 10:00 操体法クラブ 13:00 ソフトテニス 9:30 あそび隊 集合：古尾八幡宮 9:00 ステップアップセミナー卓球編 場所：Goppoクラブハウス	**17** 5:00 快適ウォーキング 9:00 エアロビクス 10:30 貯筋運動クラブ
18 10:30 貯筋運動クラブ 19:00 剣道教室 19:30 書道教室 19:30 卓球教室 （小中学生向）	**19** 10:00 篆刻教室 11:00 太極拳 19:00 韓国語教室 19:30 卓球教室	**20** 10:00 コアトレーニング 11:00 エアロビクス 15:00 卓球クラブ 19:00 理事会	**21 夏至**（げし） 15:00 卓球クラブ 13:30 詩吟 19:00 護身術	**22** 19:00 剣道教室 19:00 バトミントン 19:30 卓球教室 19:30 スポーツチャンバラ （ふれあいセンター）	**23** 10:00 操体法クラブ 13:00 ソフトテニス 9:00 プロ野球観戦 集合：ふれあいセンター	**24** 10:30 貯筋運動クラブ
25 10:30 貯筋運動クラブ 19:00 剣道教室 19:30 書道教室 19:30 卓球教室 （小中学生向）	**26** 11:00 太極拳 19:30 卓球教室	**27** 10:00 コアトレーニング 11:00 エアロビクス 15:00 卓球クラブ 19:00 空手教室 19:00 企画委員会	**28** 15:00 卓球クラブ 13:30 詩吟 19:00 護身術	**29** 19:00 剣道教室 19:00 バトミントン 19:30 卓球教室 19:30 スポーツチャンバラ （小学校）	**30** 10:00 操体法クラブ 13:00 ソフトテニス	

2012年　7月　Goppo ええぞなクラブ　カレンダー

※会場はお知らせを見てください。ただし、変更される場合がありますので、ご注意ください。

護身術
会員　無料
非会員300円/回
※参加希望の方は
ご連絡お願いします
Goppoクラブハウス

空手教室
会員　200円/回
非会員800円/回
Goppoクラブハウス

卓球教室
会員　100円/週
※高校生以下無料
非会員300円/週
Goppoクラブハウス

操体法クラブ
会員　300円/回
非会員800円/回
Goppo事務所2階

韓国語教室
会員　500円/回
非会員
1000円/回
ふれあいセンター

篆刻教室
会員　300円/回
非会員 800円/回
ふれあいセンター

書道
会員　300円/回
非会員
1000円/回
Goppo事務所2階

あそび隊
参加費は行事に
よりことなります。
東岐波

月	火	水	木	金	土	日
貯筋運動に参加してみませんか？ 現在中高年齢の方が10日以上寝込むと寝たきりになってしまうほどの筋肉低下があります。 それを改善するための筋肉を蓄える　貯筋運動　を実践してみませんか？ 高齢になっても健康で、明るく楽しい生活をするために、さあ、今から貯筋を始めましょう！ **貯筋運動クラブ　毎週　日、月曜日　10:30～　場所:Goppoクラブハウス**						**1** 5:00 快適ウォーキング 9:00 エアロビクス 10:30 貯筋運動クラブ
2 10:30 貯筋運動クラブ 19:00 剣道教室 19:30 書道教室 19:30 卓球教室 （小中学生向）	**3** 10:00 篆刻教室 11:00 太極拳 19:00 韓国語教室 19:30 卓球教室	**4** 10:00 コアトレーニング 11:00 エアロビクス 15:00 卓球クラブ	**5** 15:00 卓球クラブ 13:30 詩吟 19:00 護身術	**6** 19:00 ヨーガ教室 19:00 剣道教室 19:00 バトミントン 19:30 卓球教室 19:30 スポーツチャンバラ （小学校）	**7 小暑**（しょうしょ） 10:00 操体法クラブ 13:00 ソフトテニス	**8** 9:00 エアロビクス 10:30 貯筋運動クラブ
9 10:30 貯筋運動クラブ 19:00 剣道教室 19:30 書道教室 19:30 卓球教室 （小中学生向）	**10** 11:00 太極拳 19:30 卓球教室	**11** 10:00 コアトレーニング 11:00 エアロビクス 15:00 卓球クラブ	**12** 15:00 卓球クラブ 13:30 詩吟 19:00 護身術	**13** 19:00 剣道教室 19:00 バトミントン 19:30 卓球教室 19:30 スポーツチャンバラ （ふれあいセンター）	**14** 10:00 操体法クラブ 13:00 ソフトテニス 9:30 あそび隊 集合：古尾八幡宮	**15** 5:00 快適ウォーキング 9:00 エアロビクス 10:30 貯筋運動クラブ
16 10:30 貯筋運動クラブ 19:00 剣道教室 19:30 書道教室 19:30 卓球教室 （小中学生向）	**17** 10:00 篆刻教室 11:00 太極拳 19:00 韓国語教室 19:30 卓球教室	**18** 10:00 コアトレーニング 11:00 エアロビクス 15:00 卓球クラブ 19:00 理事会	**19** 15:00 卓球クラブ 13:30 詩吟 19:00 護身術	**20** 19:00 ヨーガ教室 19:00 剣道教室 19:00 バトミントン 19:30 卓球教室 19:30 スポーツチャンバラ （小学校）	**21** 10:00 操体法クラブ 13:00 ソフトテニス	**22 大暑**（タイショ） 9:00 エアロビクス 10:30 貯筋運動クラブ
23 10:30 貯筋運動クラブ 19:00 剣道教室 19:30 書道教室 19:30 卓球教室 （小中学生向）	**24** 11:00 太極拳 19:30 卓球教室	**25** 10:00 コアトレーニング 11:00 エアロビクス 15:00 卓球クラブ 19:00 空手教室 19:00 企画委員会	**26** 15:00 卓球クラブ 13:30 詩吟 19:00 護身術	**27** 19:00 剣道教室 19:00 バトミントン 19:30 卓球教室 19:30 スポーツチャンバラ （ふれあいセンター）	**28** 10:00 操体法クラブ 13:00 ソフトテニス	**29** 5:00 快適ウォーキング 9:00 エアロビクス 10:30 貯筋運動クラブ
30 10:30 貯筋運動クラブ 19:00 剣道教室 19:30 書道教室 19:30 卓球教室 （小中学生向）	**31** 11:00 太極拳 19:30 卓球教室	**6月、7月の24節句** **24節句とは季節を24等分し、わかりやすくしたものです。** 芒種［6月5日］　"穂が出る穀物の種を蒔く"という意味で、ちょうど梅雨に入る頃 夏至［6月21日］　「日長きこと至る（きわまる）」という意味で一年で一番日が長い日 小暑［7月7日］　暑さがだんだんと強くなっていくという意味で梅雨明けの時期 大暑［7月22日］　暑さが最も厳しくなる頃				

Goppo ええぞなクラブ東岐波校区内お大師様巡り

4 月 11 日(水)お大師様巡りが行われる予定でしたが、あいにくの雨で中止となりました。中には雨の中参拝される方もおられ、お昼からは天気も回復して、子どもさんを連れて廻られる方もいらっしゃいました。行く先々で、お茶やお菓子などの接待を受け、地域の方々の優しい心にふれることができました。

クラブ清掃

4 月 30 日(月)総会に向けてクラブハウスをキレイにしました！参加者は16名！あいにくの雨でしたが皆さんのおかげで大変キレイになりました！ご参加ありがとうございました！

総会

5 月 6 日(日)Goppo クラブハウスにて 24 年度総会を行いました。前年度の会計、NPO法人化について、来年度の計画の議決を行い、当日出席者数は 31 名、委任状は 43 通、当クラブの成人会員 98 名の過半数を超え、総会は成立しました。来賓の久保田市長は食事会より参加して頂き、会は大変盛り上がりました。

なお、総会で決議した内容についてはホームページにて公開しておりますので、ご閲覧ください。

な、なんと！

Goppoええぞなクラブは特定非営利活動(NPO)法人化します！

とくていひえいりかつどう　ほうじんか

このたび、総会での決議の結果当Goppoええぞなクラブは、特定非営利活動法人化に向けて申請することになりました。総会では多くのご支持ありがとうございました！今後も当クラブは多世代交流・地域住民の健康づくり・体力つくり・生きがいづくりに奮闘していこうと努力してまいります。ぜひ皆様も当クラブと一緒に楽しく健康な体をつくっていきましょう！

～今後の予定～

総会[設立の意思決定]5 月 6 日→申請書の提出(5 月中)→公衆に縦覧(7 月)→審査(9 月)→認証・不認証の決定(2 週間以内)→事務所所在地の登記所で登記→特定非営利法人の設立→設立登記完了届の提出(10 月)

10 月までには特定非営利活動法人になる予定です。

参加者の声

今月号から各教室の参加者の声を掲載していきます。
自分も「参加者の声」に参加したい！という思いのある方は是非ご連絡ください！
今回は【剣道教室】に参加している中学生の声です。

僕が Goppo ええぞなクラブに入会した理由は、小学校から始めた少年剣道を中学校になっても続けたかったからです。中学校では、剣道部が正式な部活として認められず、臨時部としての活動となる為、練習する場所も無く、Goppo ええぞなクラブの剣道教室で活動しています。現在の剣道教室の会員数は、1 年 5 名 2 年 1 名 3 年 3 名の計 8 名です。勉強と武道を両立して、これからも頑張ります。

剣道教室：末田晴己

次回は【太極拳】の方です！おたのしみに！

事務局一言：皆様のご協力のもと NPO 法人化に向けて頑張っていきます。