

所沢市レクリエーション協会 I 3 加盟団体紹介

団体名	所沢市シニアソフトボール連盟
団体長名	佐藤 公司
連絡先	電話番号：090-7250-3649 メールアドレス：k-usami@mtg.biglobe.ne.jp 担当者：宇佐美 海三
活動内容	50歳以上の10チームが、北中・北野・狭山湖運動場で「総当りリーグ戦」を行っています。リーグ戦が早く終われば「トーナメント戦」を行い、高齢化が進む中、健康増進・体力向上に向け汗を流しています。今はコロナ過で出来ませんが懇親会・旅行等親睦を深めています。
活動日 活動時間 活動場所	年間活動日が決っており、各運動場で8時から16時までです。
ひとこと	一緒に楽しみたいチームがあれば担当者へ連絡下さい。

団体名	所沢市ディスコン協会
団体長名	会長 磯 竹栄
連絡先	・電話番号：04-2924-7088 ・メールアドレス：t-iso@dg7.so-net.ne.jp ・担当者：磯 竹栄
活動内容	ニュースポーツ「ディスコン」とは、赤と青の2チームに分かれ、1チーム6枚の円盤（ディスク）を投げ、どちらがポイントに近いかを競うスポーツです。初めての方でもベテランと対等に競技を楽しむことができます。円盤は、直径12cm、重量75gの硬質ウレタンフォーム製です。 ●各地域において、毎月体験教室を開催し、初めての方には、指導者が丁寧に教え、すぐに競技ができるようになります。 ●オープン大会開催：年に1～2回実施 ●インストラクター派遣事業（要相談）
活動日 活動時間 活動場所	・こどもと福祉の未来館 体育館 毎月1回 13：30～16：30（TEL：2924-7088（磯）） ・狭山ヶ丘コミュニティセンター 毎月2回 13：00～17：00（TEL：2948-9827（石附）） ・並木公民館 ホール 毎月1回 9：00～12：00（TEL：2943-0754（松本）） 開催日等の詳細につきましては、各会場の担当者にお問い合わせください。
ひとこと	いつでも、どこでも、だれでも簡単にできるユニバーサルスポーツです。初心者でも、インストラクターが親切・丁寧に教えますので、お気軽にご参加ください。

団体名	所沢ハイキングクラブ
団体長名	小林 慎吾
連絡先	電話番号：090-4751-5013 メールアドレス： hiro3113.h@gmail.com または hiro3113.roomy@docomo.ne.jp 担当者：小林 慎吾
活動内容	山登りの計画は「年間計画」を決めて実施しています。日本勤労者山岳会(労山)～埼玉県労山の行事にも参加しています。また、所属メンバー同士での個人山行も盛んに実施しています。
活動日 活動時間 活動場所	例会は原則として毎月第3火曜日に開催しています。 19時30分～21時 所沢市新所沢まちづくりセンター（新所沢公民館）
ひとこと	どこか山に行きたいけど、1人ではちょっと不安な方はぜひ、所沢ハイキングクラブの例会を覗いてみてください。お試し山行も実施しております。

団体名	所沢走友会
団体長名	会長：宮川敏男
連絡先	電話番号：04-2939-1490 メールアドレス： miya-toshi@jcom.home.ne.jp 担当者：宮川敏男
活動内容	1 春と秋のジョギング教室 2 1泊2日の研修会（合宿） 3 マラニック&バーベキュー 4 会報発行（毎月1回） 5 所沢元旦健康マラソン大会主催 6 駅伝大会への参加（人間市駅伝、多摩湖駅伝） 7 普通救命講習会参加（所沢中央消防署）
活動日 活動時間 活動場所	毎月第2・4日曜日 4月～9月 08:00～11:00、 10月～3月 09:00～11:30 所沢航空記念公園
ひとこと	走ることに興味のある方は、参加をお待ちしています。

団体名	所沢ウォークーズクラブ
団体長名	会長 古市欣生
連絡先	電話番号：04-2907-0564（古市宅） メールアドレス： p.yosi.f@jcom.home.ne.jp 担当者：古市欣生（ふるいち よしお）
ホームページ	https://tokorozawawalkers.wixsite.com/official
活動内容	所沢ウォークーズクラブは1993年（平成5年）に創立以来、会員の健康増進と親睦を目的として所沢市周辺、埼玉県内、東京都心や多摩地域などで、毎月1回の健康ウォーキング例会を行っています。一日の歩行距離の目安は10～13kmほど、休憩を挟みながら「団体歩行」で歩きます。当クラブは所沢市レクリエーション協会に加盟するほか、一般社団法人日本ウォーキング協会加盟のNPO法人埼玉県ウォーキング協会の加盟団体です。
活動日 活動時間 活動場所	例会日は、原則として毎月の第三日曜日、歩行コースは年間計画で決めてあります。日時、スタート場所、コースの詳細等は隔月発行の会報でお知らせします。（ホームページ参照）コースは西武沿線、東上沿線、都心部や多摩地区など多様ですが、ウォーキング主体です。
ひとこと	「会員制」で運営していますが、お問い合わせによりお試し参加もできます。皆さんの入会をお待ちしています。 入会金：1,000円（初入会時） 年会費：2,500円（期中入会時割引） 「日ごろから運動不足気味だ」「運動したいけどハードなものはムリ」「普段の散歩では物足りない」「いつもと違った場所を歩いてみたい」などとお感じでしたら、一緒に歩きましょう。

団体名	所沢市ミニテニス協会
団体長名	新井 勝美
連絡先	電話番号：事務局 04-2968-5012 理事長：藤政 きよ
活動内容	所沢市ミニテニス協会・平成9年9月に設立され。会員数120名 生涯スポーツ「ミニテニス」を通し、健康増進と技術の向上、親睦と交流を図る為。所沢市ミニテニス協会、年3回の大会開催 市民体育館メインアリーナで行い、県内外、東京都・静岡県・長野県・岐阜県等から参加して頂き交流の和が広がっています。会員の方、対外試合に多く参加し良い成績をおさめています。「初心者教室」開催、広報ところざわ「飛びたつひろば」に掲載。
活動クラブ 活動時間 活動場所	協会内7クラブ有ります。小手指地区「小手指トトロ」三ヶ島地区「三ヶ島クラブ」富岡地区「ふれんど」並木地区「つばさクラブ」新所沢地区東「優飛」・西「清進クラブ」柳瀬地区「柳瀬クラブ」各クラブにより活動日、会場、時間等違います。
ひとこと	運動不足の方・身体動かしたい方・健康維持したい方・ミニテニスはじめてみませんか、クラブの連絡先は、事務局まで問合せお願い致します。

団体名	所沢市インディアカ連盟
団体長名	綱木 一
連絡先	電話番号：090-1844-9119 メールアドレス：ind7@tsunaki.boy.jp 担当者：綱木 一
ホームページ	https://www.tia.main.main.jp/
活動内容	インディアカ未経験者及び初心者の方中心の練習会(インディアカ塾)を毎月1回行っており、どなたでも予約なしで参加いただけます。
活動日 活動時間 活動場所	毎月の月曜日(体育館の予約状況により日程は決定します) 午前9時～11時の2時間 新所沢公民館の体育館
ひとこと	日程等詳しくは、所沢市インディアカ連盟のホームページをご覧ください。 参加される方は、運動の出来る服装と体育館シューズをお願いします。

団体名	所沢市フォークダンス連盟
団体長名	三由 邦子
連絡先	電話番号：2945-0705 メールアドレス：k_tobita-49321@rio.odn.ne.jp 担当者：飛田 邦子
活動内容	フォークダンスを通して、地域の皆様との交流と健康維持を目的とし、連盟傘下7サークルが各会場で世界の民謡を楽しく踊る例会を行なっています。
活動日 活動時間 活動場所	・スイートピー：毎週月曜日13時～中央公民館 ・こでまり：毎週水曜日13時～三ヶ島公民館 ・すずらん：毎週水曜日13時～松井公民館 ・かとれあ：毎週火曜日13時～柳瀬公民館 ・こぶし：毎週水曜日10時～コーププラザ ・たんぼぼ：毎週月曜日9時30分 ・こすもす：毎週金曜日13時～松井公民館 狭山ヶ丘コミセン
ひとこと	初心者大歓迎! 随時会員募集を行なっています。見学の際はお気軽にお立ち寄りください。

団体名	所沢市社交ダンス連盟
団体長名	長谷川 敏勝
連絡先	電話番号：090-8519-3758 担当者：長谷川 敏勝
活動内容	現在、市内公民館等で活動している加盟サークルが多数あります。 年に1回、秋に沢山の方が参加する親睦・交流大会を楽しく開催しています。
活動日 活動時間 活動場所	詳しくはお問合せ下さい。
ひとこと	お気軽にご参加ください。初級者指導及びフリーダンスで楽しんでいただけます。

団体名	所沢市健康体操連盟
団体長名	工藤 康子
連絡先	電話番号：04-2942-1015 メールアドレス：otukisan1313@yahoo.co.jp 担当者：工藤 康子
活動内容	所沢市内(市民体育館等20ヶ所)で、「調整体操」という、独自の体操を基本にストレッチ、脳トレ、レクダンス等、会員相互の親睦をはかり、現在の体力維持の為に仲間作りを含め、楽しんでいます。
活動日 活動時間 活動場所	月～土 9時～15時(週1回の活動時間は約2時間) 各公民館、まちづくりセンター、地区体育館、老人憩いの家、老人福祉センター、子どもと福祉の未来館、コミュニティーセンター、ふらっと
ひとこと	各自の身体の調子に合わせ、無理のない様、動けます。 「まずは家から出しましょう」「仲間とおしゃべりしましょう」

団体名	所沢市民踊レクリエーション連盟
団体長名	平岡ゆき江
連絡先	電話番号：04-2942-3303 担当者：平岡ゆき江
活動内容	会員相互の親睦を深め体位の向上に努めながら、日本全国の民踊を絶やすことなく次世代に傳承することを目的とし、市内6団体が活動しています。月2回例会を行っています。
活動日 活動時間 活動場所	詳しくはお問合せ下さい。 13時～15時 所沢まちづくりセンター(中央公民館)
ひとこと	楽しいのでぜひ参加してみてください。おまちしています。

団体名	所沢市パークゴルフ協会
団体長名	鈴木 清
連絡先	電話番号：04-2944-3877 担当者：荒川 哲夫
活動内容	パークゴルフは、芝で覆われたコースで、1本のクラブで直径6cmのボールを20cmのカップにカップインするまでの打数を競い合いながら遊べるスポーツです。 協会が主催している月例会に参加され、多くの方々のご来場により魅力あるゴルフ場になっています。協会一同お手伝いしています。
活動日 活動時間 活動場所	月毎/第2、第4木曜日 9:00 所沢市パークゴルフ場 所沢市坂之下218番地の2(管理事務所) TEL:04-2944-1711
ひとこと	月2回の月例会を開催しています。楽しくプレーをして仲間としてプレーを語り合しましょう。 月毎/第2、第4木曜日9:00より

団体名	所沢市ソフトバレーボール連盟
団体長名	笹田 潔史
連絡先	所沢市バレーボール連盟 事務局 國吉・金澤 tokorozawa.softvolleyball@gmail.com
ホームページ	https://tokorozawa0sv0.web.fc2.com/
活動内容	平成14年4月に所沢市在住のソフトバレーボールチームが集まった団体です。 主な活動場所は所沢市民体育館(メインアリーナ・サブアリーナ)です。ミニ交流大会や審判講習会、他チームを招待した親善大会等の開催を行っています。 連盟への加入は随時行っておりますので、お気軽にご連絡ください。
活動日 活動時間 活動場所	現在連盟登録しているチームの練習日をお伝えしますので、ご都合のいい日を選んで検討していただけたらと思います。 ①さわやか〜ず 毎週木曜日・土曜日19:30～21:30 新所沢体育館・富岡体育館を中心に予約の取れた体育館を使用。(不定期) ②ミックスビーンズ 毎週日曜日、14:00～17:00 西富小学校体育館。 ③アポロ 土曜日15:00～17:00 新所沢体育館・小手指体育館・三ヶ島体育館などの予約の取れた体育館を使用。(不定期) ④筋斗雲 毎週月曜日19:09～21:00 宮前小体育館(基本休みなし) (小学校の都合で使用できないときは公共の体育館を使用することあり。)
ひとこと	いずれも、男女混合チームですが、年齢の幅も広く、初心者から熟年の方まで楽しく体を動かしています。不定期のチームもありますので、参加前にこちら(事務局)にご連絡頂ければチームへ連絡させていただきます。見学だけでもぜひいらしてくださいね。

レクリエーションは**笑顔**と**健康**と**仲間**を与えてくれます。
ぜひ、お気軽にお問合せ下さい。



所沢市レクリエーション事務局 ☎ 04-2998-9248 (所沢市スポーツ振興課内)