社会教育関係団体の活動内容一覧

部門　スポーツ

分野　その他　スポーツ

種目　その他　室内競技

おおやまけやきかい　けいすぽーつぶ　わなげ

No.　1138

大山けやき会　軽スポーツ部　輪投げ

- 上砂会館
- 第1・2・3火曜日
- 13時～17時
- 60歳代～80歳代
- 年額2,000円　/ なし

ペタンク、輪投げ、グランドゴルフなど、軽スポーツを中心に、中高齢者にふさわしいスポーツを楽しむ団体です。「大山けやき会」のーグループなので、入部するにはまず、「大山けやき会」に入会の必要があります。（60歳以上）

かみすなふきやさーくる

No.　2009

上砂吹き矢サークル

- 上砂会館
- 不定期（主に月曜）で1ヶ月に3回前後
- 9時～12時
- 70歳代～80歳代
- 月額500円　/ なし

砂川地区上砂会館で月3回毎月曜日午前9時から12時まで活動してます。男女年齢を問わず参加できます。会費は月額500円で2ヶ月に1回1,000円を徴収します。吹き矢による呼吸法健康寿命の維持、高齢者にも効果的です。

こぶしかい　わなげくらぶ

No.　1634

こぶし会　輪なげクラブ

- 上砂会館
- 月3回　土曜日
- 9時～12時
- 70歳代～80歳代
- 年額1,000円　/ なし

輪投げは以前から高齢者向けで人気のスポーツであり、健康にもよい活動として取り組まれています。明るく元気よくをモットーに楽しい人生を送りませんか。輪投げの大会もあります。

しょうかくかいわなげぶ

No.　1218

松鶴会輪投げ部

- 高松会館
- 不定期
- 13時30分～17時
- 70歳代～80歳代
- なし　/ なし

輪投げは、軽スポーツですが、とても集中力が必要です。体力の維持向上と、脳の活性化にとても良いスポーツだと思います。9点とは言わず点数に入った時の快感を、ぜひ多くの方に味わってほしいと、入会をお待ちしています。

すぽーつうえるねすふきやたちかわちゅうおうしぶ

No.　2018

スポーツウエルネス吹矢立川中央支部

・練成館、柴崎学習館
・毎週火・土曜日
・9時～12時
・60歳代～80歳代
・月額1,000円　/ なし

健康な生命活動を維持するには自律神経の働きが大切であると言われています。自律神経をバランスよく働かせるには呼吸法と背骨ストレッチです。ゆっくりした呼吸と背骨を伸ばす姿勢は二つの神経の働きを良くする最適であると言えます。

たちかわけんこうふきやさーくるさいわい

No.　1554

立川健康吹矢サークル幸

・幸学習館
・不定期（月3回）
・13時～16時30分
・70歳代～80歳代
・月額1,000円　/ 2,000円

簡単な吹矢により腹式呼吸を活発化して健康維持を図る。マトに当てることの喜び・達成感を高めつつ、会員間の親睦を図る。60歳以上の会員の外出機会を増やし、簡単な健康ツールの吹矢普及を図ります。

たちかわけんこうふきやさーくるしばさき

No.　1505

立川健康吹矢サークル柴崎

・柴崎学習館
・月3回
・13時30分～16時
・60歳代～70歳代
・月額1,500円　/ なし
（月3回）

高齢者の健康維持とレクリエーションを目的とした腹式呼吸健康法とレクリエーションによる仲間づくりで地域コミュニティーつくり相互理解を深め、助け合い精神をもって明るい社会を図ることを目的としています。

たちかわけんこうふきやさーくるちーむたかまつ

No.　1666

立川健康吹矢サークル　チーム高松

・高松会館
・月に3回（火曜日）
・9時～17時
・70歳代～80歳代
・月額1,500円　/ なし

今、高齢者の運動不足、孤立化などの問題が表面化しています。気軽に参加でき、かんたんで楽しい吹矢により、仲間をつくり、腹式呼吸法を身につけて、健康増進をはかるサークルです。

たちかわけんこうふきやさーくるにしすな

No.　1686

立川健康吹矢サークル西砂

・西砂学習館、西砂会館
・第1・2・3・4　水曜日
・13時～16時
・60歳代～80歳代
・月額1,500円　／ なし

健康寿命を延ばすため、体幹　呼吸法　脳活
正しい姿勢
円形の的をめがけて息をつかって矢を放つ呼吸法です。体験して介護予防　認知症予防　健康効果のあるレクリエーション吹矢です。

たちかわけんこうふきやさーくるはごろも

No.　1710

立川健康吹矢サークル羽衣

・羽衣中央会館、子ども未来センター
・第1・2・3金曜日
・14時～16時
・60歳代～80歳代
・月額1,500円　／ なし

吹矢による腹式呼吸トレーニングと競技・ゲームなどにより、楽しみながら集中力・計算力を高めて健康維持と会員間の親睦を図ることを目的とします。的に矢を当てる爽快感はストレス解消になります。

たちかわぼっちゃけんきゅうかい

No.　1860

立川ボッチャ研究会

・柴崎学習館、錦学習館
・不定期　月3回程度
・13時～17時
・20歳代～80歳代
・年額500円　／ なし

ヨーロッパ発祥の「ボッチャ」。これは老若男女、誰もが楽しめるスポーツです。種々の大会で勝つことを目標に日々技術を磨く選手や、運動不足解消や友だち作りを目標にレクレーションとして楽しむ方たちが集まっています。

ちゅうわことぶきかいわなげかい

No.　1697

仲和寿会輪投げ会

・高松会館
・月2回
・13時30分～16時
・60歳代～90歳代
・なし　／ なし

自治会の会員と老人会で作られているサークルです。

ふきやくらぶ　れっどあろー

No.　279

吹矢クラブ　レッドアロー

・羽衣中央会館
・毎週水曜日
・18時～21時
・50歳代～70歳代
・月額1,000円　/ 1,000円

レクリエーション吹矢は、老若男女を問わず簡単に楽しみながら健康増進が出来る生涯スポーツです。競技方法も色々工夫され、ゲームを楽しみながら会員相互の親睦を図っています。市民大会、スポレクにも吹矢として参加しています。

ぼっちゃにじ

No.　1880

ボッチャ虹

・高松学習館
・月3回　金曜日
・13時30分～15時30分
・70歳代～80歳代
・月額1,000円　/ なし

寿命100年を迎える今、いかに健康で楽しい人生を送るか？外に出る、友達を作る、楽しい会話、たまの食事会等、誰にも出来るボッチャの会を発足いたしました。指導者はいません。皆で勉強上達し、ゆくゆくは大会等あれば参加優勝目指します。

わかばふきやさーくる

No.　1772

若葉吹き矢サークル

・若葉会館
・月4回（月・金曜日）
・9時～12時
・60歳代～80歳代
・月額1,500円　/ なし

吹き矢を通じて健康を維持するとともに親睦を図り孤立を予防することを目的に活動します。筒や矢など個人で使う道具は個人で準備してください。