

11月

イベントスケジュール

5日	親善サッカー大会	健民グラウンド	24日	eスポーツ教室初回測定日	中央体育館アリーナ
7日～	KAWA-SPO GGRランキング	健民グラウンド	26日	第12回フーパ大会	中央体育館アリーナ
12日	町民開放日	中央体育館アリーナ	27日	親善ティーボール大会	健民グラウンド

教室メニュー カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		フィットネス 太極拳 親子体操 ジュニア体操	KID'Sダンス ダンス1 ダンス2	文化の日	トランポピクス1 素ピクス&ストレッチ 基礎サッカー ダンス3	なぎなた トランポリン KID'S空手・空手道 ミニバスケットボール 卓球
6	7	8	9	10	11	12
	健康体操 ジュニアバドミントン	太極拳	KID'Sダンス ダンス1 ダンス2	トリム体操	素ピクス&ストレッチ トランポピクス2 基礎サッカー ダンス3	町民開放日 なぎなた KID'S空手 空手道 ミニバスケットボール 卓球
13	14	15	16	17	18	19
	健康体操 ジュニアバドミントン	フィットネス 太極拳 親子体操 ジュニア体操	KID'Sダンス ダンス1 ダンス2	トリム体操 バランスボール	トランポピクス1 素ピクス&ストレッチ 基礎サッカー ダンス3	なぎなた トランポリン KID'S空手・空手道 ミニバスケットボール 卓球
20	21	22	23	24	25	26
	健康体操 ジュニアバドミントン	フィットネス 太極拳 親子体操 ジュニア体操	勤労感謝の日	トリム体操 ※eスポーツ教室	素ピクス&ストレッチ トランポピクス2 基礎サッカー ダンス3	なぎなた KID'S空手 空手道 ミニバスケットボール 卓球
27	28	29	30			
	健康体操 ジュニアバドミントン	フィットネス ジュニア体操	KID'Sダンス ダンス1 ダンス2			

※ 実施予定時間の2時間前の時点で川西町に気象警報が発令された場合は中止とします。また、その後解除されても同様とします

※ 感染症等で学級閉鎖になった場合は、集団感染を防ぐ為に本人の体調に係らず活動への参加はご遠慮ください。

教室メニュー				KAWA-SPOクラブ メニュー			
メニュー名	曜日	開催時間	開催場所	メニュー名	曜日	開催時間	開催場所
1 親子体操	火	16:00～17:00	アリーナ	21 クラシックバレエ	火	17:30～20:00	ふれあいセンター
2 ジュニア体操	火	17:00～18:20	アリーナ	22 剣道クラブ	火・木	19:00～21:00	武道場
3 なぎなた	土	9:30～12:00	武道場	23 KAWA-SPO体操クラブ	第1.3土	9:00～11:30	アリーナ
4 基礎サッカー	金	17:30～18:30	アリーナ	24 KAWA-SPO陸上クラブ	水 (不定期)土	15:30～17:00 15:00～16:30	川西小学校
5 KIDSダンス	水	16:30～17:20	ふれあいセンター	25 川西バスケットボールU15	月・火・木	19:00～20:30	梅戸体育館
6 ダンス	1	水	ふれあいセンター	26 バドミントンクラブ	火	19:00～21:00	アリーナ
	2	水		27 居合クラブ	金	19:00～21:00	武道場
	3	金		28 ヴェルジスタフットサル	月	15:45～21:00	アリーナ
7 KIDS空手	土	12:15～13:15	武道場	29 スポーツウェルネス吹矢	金	13:00～15:30	武道場
8 空手道	1	土	武道場	スポーツ協会所属クラブ メニュー			
	2	土		30 ソフトテニス部	木	19:00～21:00	アリーナ
9 トランポリン	1	第1.3.5土	アリーナ	31 バスケットボール部	金・日	9:00～12:00	軟式コート
	2			32 卓球部	火	18:30～21:00	アリーナ
10 基礎野球	木	※ 今年度の開催終了		33 グラウンドゴルフ部	土	9:00～12:00	アリーナ
11 ミニバスケットボール	土	17:30～18:30	アリーナ	34 インディアカ部	月・火・木・金	9:00～11:00	健民グラウンド
12 卓球	土	18:30～20:00	アリーナ	35 ゲートボール部	火	19:00～21:00	アリーナ
13 ジュニアバドミントン	月	19:30～21:00	アリーナ	36 トレーニング室	木	9:00～12:00	屋内運動場
14 健康体操	月	14:00～15:30	武道場	37 バレーボール部	土	9:30～12:00	アリーナ
15 太極拳	火	14:00～15:30	武道場	38 テニス部	日	19:00～21:00	アリーナ
16 フィットネス	火	14:00～15:00	トレーニング室	川西町スポーツ少年団 メニュー			
17 トリム体操	木	13:00～14:30	アリーナ	39 川西フェニックス	日・祝	13:00～17:00	健民グラウンド 他
18 バランスボール	第1.3木	19:30～21:00	会議室	40 川西FC	木	17:00～19:00	アリーナ
19 素ピクス&ストレッチ	金	10:30～11:30	武道場		土・日	9:00～12:00	川西小学校 他
20 トランポピクス	1	第1.3金	アリーナ		土	9:00～12:00	梅戸体育館
	2	第2.4金					

発行日 令和4年11月1日 KAWA-SPO たいむず 142号
編集元 NPO 法人川西スポーツクラブ 広報部広報誌係

スポーツクラブ KAWA-SPO たいむず 142号



たいむず11月号

硬式テニスコート 周辺工事について

硬式テニスコート北側にある旧川西町水道局の配管撤去工事が11月より着工されます。(11月末に終了予定)
配管の一部が硬式テニスコート内にあることから、敷地内にある樹木伐採や用具倉庫の移動が行われる模様です。
施設の一部がご使用いただけない等、利用者の皆様には大変ご迷惑をお掛けいたしますが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

テレビゲームで「イキイキ度」をチェック！

60歳からのしんどくない e スポーツ教室 開催スタート!!

eスポーツとはいわゆる家庭用ゲーム機の腕前を競うもので、年齢や性別、体力差に関係なく対等に楽しめることが魅力です。シニア世代にとっては、ゲームを通じて体を動かすことで【運動量の増加】【認知症予防】など健康効果があると関心が高まっています。本教室では60歳以上の方を対象に、Nintendo Switch を使用し比較的操作が簡単なテレビゲーム(太鼓の達人 /Switch スポーツ)をプレイしていただき、参加者の身体機能・認知機能・イキイキ度の維持や改善に繋がるかを検証します。

e スポーツ教室 開催概要

開催日 令和4年11月24日～令和5年2月16日(毎週木曜日/計12回※)

開催時間 9:00 - 10:15 / 10:30 - 11:45 (申込時にどちらかの時間を選択)

※ 初回(11/24)・最終日(2/16)は測定日となりますので必ずご参加ください。

※ 測定日は9:00 - 11:30 @ 中央体育館アリーナにて開催します※

※ e スポーツによって身体機能・認知機能の維持や改善効果を教室受講前と終了後で比較します。



開催場所 川西町中央体育館会議室 ※測定日は中央体育館アリーナ

参加対象 60歳以上の方(参加人数の上限:各時間帯ともに6名程度)

参加費 無料

申込先 川西スポーツクラブ事務局にてお申込みください

令和4年11月15日(火)まで(先着順となります)

※ (本誌作成時10月20日時点)申込者多数に伴い、空きは残り僅かとなっております。

事前締切している場合もございますのでご了承ください。



協力:川西町・株式会社 PREVENT 本事業は大和平野田園都市構想推進事業に対する補助金を活用し開催いたします。

※ 開催スケジュール詳細:

★11月24日 / ★12月1日・8日・15日・22日 / ★1月5日・12日・19日・26日 / ★2月2日・9日・16日

※ e スポーツ教室申込者には特典として施設の一部を無償開放いたします。(平日9:00 - 17:00 1時間程度)

※ 申込用紙や詳細記載チラシはホームページ(https://kawaspo.org)からダウンロードいただけます。

