

総合型地域スポーツクラブ **健康倶楽部ごかしょう**

健康倶楽部ごかしょうに関するイベント情報誌

保存版 **健幸だより**

発行:健康倶楽部ごかしょう

事務局:五個荘コミュニティセンター内

平日 9:30~16:00

TEL 0748-48-2737

IP 050-5801-2737

初心者歓迎

一日が楽しくなる「より所」

こんな種目でやっています！



テニス



卓球



フレッシュテニス



シェイプアップ

健康倶楽部に
いらっしゃーい！

今日やることは？
今日行く所は？
運動不足の解消は？



ヨガ



バドミントン



健康トレーニング



ウォーキング



ディスクゴルフ



ボウリング大会



歴史ウォーク



クッキング



インボティ測定会

健康寿命を維持管理するため、年1回「**身体バランス測定**」及び
「**骨密度測定**」を実施し自己管理を奨めています。

情報ガイド 10月・11月

インボディ・骨密度測定会

★あなたの身体のバランスは
どうですか……

電話申込可

日 時:10月10日(金) 9:00~12:30

場 所:五個荘体育館

参加費:会員無料・一般 500 円

定 員:50名

申込み:9月2日(火)~9月25日(木)

ときめき歴史ウォーク

(コミセン共催事業)

★歴史と文化に触れながら
ウォーキングを楽しみましょう

窓口申込

日 時:10月20日(月)終日

行き先:奈良県 大和郡山城跡 バス利用

参加費:会員 4500 円 一般 5500 円

昼食代含む

申込み:9月16日(火)~9月26日(金)

定 員:40 名 定員になり次第終了

あじさいスポーツフェスタ

(地区スポーツ協会共催事業)

★体験教室

卓球 フレッシュテニス パドルテニスで

体と脳を動かそう

日 時:11月16日(日)

場 所:五個荘体育館

参加費:無料

申込不要

東京海上日動火災保険株式会社
東京海上日動あんしん生命保険株式会社 代理店

 株式会社 総合滋賀



TEL 0120-74-3300
〒529-1443 東近江市五個荘北町屋町 45-5
<https://www.sogoshihga.com/>

総合滋賀 


KIMURA SPORTS
ATHLETE PARTNER
SINCE 1979


KIMURA SQUARE GARDEN
SINCE 1993

フットサルコート バッティングセンター 野球・サッカー・陸上スポーツ塾

||||| 建築設計施工 |||||
〈一級建築設計事務所〉

大 庄 工 務 店

三 輪 高 裕

〒529-1441
五個荘川並町 619
TEL 0748(48)2505

情報ガイド 12月・1月・3月

ヘルシークッキング

(健康推進員五個荘支部共催事業)

★食に学ぶ健康のお話と
ヘルシー料理をいただきますよう

電話申込可

日 時:12月1日(月)10:00~13:00

場 所:五個荘コミュニティセンター

参加費:会員 500 円 一般 1,000 円

定 員:15 名

申込み:11月5日(水)~11月20日(木)

新春ボウリング大会

★さあ! ボウリングを楽しみ
仲間づくりをしましょう

電話申込可

日 時: 1月24日(土)10:00 スタート
会場都合により変更あり

場 所:エチボウル

参加費:会員:1,000 円 一般 2,000 円

申込み:12月16日(火)~1月16日(金)

ときめき歴史ウォーク

(コミセン共催事業)

★歴史と文化に触れながら
ウォーキングを楽しみましょう

窓口申込

日 時: 3月13日(金)

行き先:未定

参加費:未定

申込み:2月18日(水)~2月25日(水)

定 員:30 名 定員になり次第終了



www.mamekou.com

豆腐 製造 販売 豆光

〒529-1441 滋賀県東近江市五個荘川並町556
TEL.0748-48-2689 FAX.0748-48-5256

医療法人社団

小串医院

内科・外科
小児科・放射線科



診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	/
16:00~19:00	●	●	●	/	●	/	/

※予約制です。
※受付時間は午前8:00~11:30 午後13:00~18:30

〒529-1431 東近江市五個荘山本町83

TEL.0748-48-2053
TEL.0748-48-4498

内科・循環器内科・小児科

ふるみち
古道医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
午後 4:00~7:00	○	○	○	/	○	/	/

東近江市宮荘町681-2

TEL(0748)48-6233
IP050-5802-2127

新役員で挑む健幸づくり・仲間づくり

本年4月26日、総会にて令和7・8年度の役員が決まりました。

新会長 市田 衛

この度健康倶楽部ごかしょう会長に就任いたしました市田 衛でございます。前会長が20年にわたり、舵取りをされてまいりました倶楽部を、私ごとき者が引き継ぐのは誠におこがましいことでございます。

思い起こしますと14年前、定年退職後、これから人生どう過ごしていけば良いか悩んでおりましたとき、妻に連れられて当倶楽部の卓球をするようになったのがきっかけでございます。そして、パドルテニス、フレッシュテニスと種目も増え、当倶楽部運営もさせていただくようになり、現在に至っております。

人生百年時代の「体」と「心」の健幸づくりをスローガンに、いつも笑顔あふれる気楽に入会できる倶楽部です。是非とも皆様のご参加をお待ちしております。

新顧問 北川 友一

「健康倶楽部ごかしょう」の役員改選で今年度より新役員様でスタートして頂きました。長年にわたり、多くの皆様からご支援、ご協力を頂き感謝申し上げます。有難う御座いました。

健康倶楽部ごかしょうの基本計画である、活動方針に向けての活動手段は

スポーツ事業の(体) 健康推進事業の(学) イベント事業の(癒)

(体) (学) (癒) の3本柱で活動し、総合型スポーツクラブの基本会員全員で運営する事で、一日が楽しくなる「より処」になると思います。

20周年を記念してつくった倶楽部のテーマソングを歌い活動して、会員数を増やし、今後の課題を解決しながらいつまでも続けられる倶楽部にしましょう。

役 職	氏 名	備 考
会 長	市田 衛	パドルテニス
顧 問	北川 友一	
副 会 長	猪田 康雄	卓球
〃	村田 喜宏	
運営委員	河村 圭三	ニュースポーツ
〃	松居 紘一郎	テニス
〃	大橋 保治	
〃	大橋 一恵	
〃	高田 純子	卓球
〃	奥井 つや子	シェイプアップ 健康トレーニング
〃	徳野 美恵子	健康推進員
〃	國領 善久	フレッシュテニス
〃	有岡 登美	ヨガ
会計監事	中村 俊一	
〃	山田 龍子	

