



今月のましこチャレンジクラブ

発行日 令和7年5月1日
 発行者 ましこチャレンジクラブ
 事務局 MCCクラブハウス
 南運動公園/中央公民館
 電話 0285(72)7985(南)
 0285(81)3071(中)
 F A X 0285(72)3632

5月のカレンダー・＆プログラムリスト

悪天候や講師都合、その他の諸事情により開催スケジュールを
 変更させていただく場合がございますので、予めご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
4/27 ショートテニス・夜	28	29 ラージボール卓球 Jr.ランニングクラブ ミニバスケットボール	30 バスケットボール わいわい子ども体操教室 益子剣道クラブ	5/1 グラウンドゴルフ ショートテニス・昼 バスケットボール Jr.ランニングクラブ	2 ストレッチボール体そう ラージボール卓球 Jr.ランニングクラブ ミニバスケットボール 益子柔道会 益子剣道クラブ	3 Jr.ランニングクラブ 硬式テニス バドミントン教室 益子柔道会
4 ショートテニス・夜	5	6 ラージボール卓球 Jr.ランニングクラブ ミニバスケットボール ナイターソフトテニス	7 グラウンドゴルフ+ バスケットボール わいわい子ども体操教室 益子剣道クラブ	8 グラウンドゴルフ ショートテニス・昼 スポーツ(社交)ダンス バスケットボール Jr.ランニングクラブ	9 筋力・元気アップ教室 ラージボール卓球 Jr.ランニングクラブ ミニバスケットボール 益子柔道会 益子剣道クラブ	10 Jr.ランニングクラブ 硬式テニス バドミントン教室 益子柔道会
11 楽々ウォーキング ショートテニス・夜	12	13 ラージボール卓球 Jr.ランニングクラブ ミニバスケットボール ナイターソフトテニス	14 グラウンドゴルフ+ リフレッシュヨーガ バスケットボール わいわい子ども体操教室 益子剣道クラブ	15 グラウンドゴルフ ショートテニス・昼 バスケットボール Jr.ランニングクラブ	16 ストレッチボール体そう ラージボール卓球 Jr.ランニングクラブ ミニバスケットボール 益子柔道会 益子剣道クラブ	17 Jr.ランニングクラブ 硬式テニス バドミントン教室 益子柔道会
18 ショートテニス・夜	19	20 ラージボール卓球 Jr.ランニングクラブ ミニバスケットボール ナイターソフトテニス	21 グラウンドゴルフ+ リフレッシュヨーガ バスケットボール わいわい子ども体操教室 益子剣道クラブ	22 グラウンドゴルフ ショートテニス・昼 スポーツ(社交)ダンス バスケットボール Jr.ランニングクラブ	23 筋力・元気アップ教室 ラージボール卓球 Jr.ランニングクラブ ミニバスケットボール 益子柔道会 益子剣道クラブ	24 Jr.ランニングクラブ 硬式テニス バドミントン教室 益子柔道会
25 ショートテニス・夜	26	27 ラージボール卓球 Jr.ランニングクラブ ミニバスケットボール	28 グラウンドゴルフ+ リフレッシュヨーガ バスケットボール わいわい子ども体操教室 益子剣道クラブ	29 グラウンドゴルフ ショートテニス・昼 バスケットボール Jr.ランニングクラブ	30 筋力・元気アップ教室 ラージボール卓球 Jr.ランニングクラブ ミニバスケットボール 益子柔道会 益子剣道クラブ	31 Jr.ランニングクラブ 硬式テニス バドミントン教室 益子柔道会

日程等を変更しての開催 **お休み又は別の日に変更** 詳しくは裏面の「[お知らせ]ましチャレを楽しむ皆さまへ」をご覧ください。

曜日	プログラム	サイクル	時間	会場	対象	会員料金(ビジター料金)
日	楽々ウォーキング	毎月第2日曜日	9:00~12:00	5月⇒改善センター	どなたでも	無料(500円/回)
	ショートテニス・夜	毎週日曜日	18:00~20:00	総合体育館アリーナ	中学生以上	1,000円/年(200円/回)
火	ラージボール卓球	毎週火曜日	10:00~12:00	総合体育館アリーナ	一般~シニア	4,000円/年(300円/回)
	益子Jr.ランニングクラブ	毎週火曜日	18:00~19:00	南運動公園トラック	小学生~中学生	5,000円/年(1,500円/月):週4回
	ミニバスケットボール	毎週火曜日	19:00~21:00	益子小学校体育館	小学3年生以上	5,000円/年:週2回(500円/回)
	ナイターソフトテニス	第1・2・3火曜日(11月迄)	19:00~21:00	南運動公園テニスコート	小学生以上	4,800円/年(500円/回)
水	グラウンドゴルフ+	第1・2・3水曜日	9:00~12:00	町民センターグラウンド	一般~シニア	2,000円/年(200円/回)
	リフレッシュヨーガ	毎月指定水曜日の3回	10:00~11:20	総合体育館多目的室	一般~シニア	400円/回or1,000円/月(800円/回)
	バスケットボール	毎週水曜日	16:00~18:00	総合体育館アリーナ	中学生	5,000円/年+1,000円/月:週2回(500円/回)
	わいわい子ども体操教室	毎週水曜日	18:20~19:20	総合体育館多目的室	小学生 先着15名	3,500円/月(無)兄弟姉妹特典無
	益子剣道クラブ	毎週水曜日	19:00~21:00	総合体育館武道場	小学生以上	1,000円/年(200円/回)
木	グラウンドゴルフ	毎週木曜日	9:00~12:00	町民センターグラウンド	一般~シニア	2,000円/年(200円/回)
	ショートテニス・昼	毎週木曜日	10:00~12:00	総合体育館アリーナ	一般~シニア	1,000円/年(200円/回)
	スポーツ(社交)ダンス	第2・4木曜日	13:30~15:00	農村環境改善センター	一般~シニア	500円/回(1,000円/回)
	バスケットボール	毎週木曜日	16:00~18:00	総合体育館アリーナ	中学生	5,000円/年+1,000円/月:週2回(500円/回)
	益子Jr.ランニングクラブ	毎週木曜日	18:00~19:00	南運動公園トラック	小学生~中学生	5,000円/年(1,500円/月):週4回
金	ストレッチボール体そう	第1・3金曜日	10:00~11:30	総合体育館多目的室	一般~定員30名	6,000円/年(500円/回)
	筋力・元気アップ教室	第2・4金曜日	10:00~11:30	総合体育館多目的室	一般~シニア	6,000円/年(1,000円/月)
	ラージボール卓球	毎週金曜日	10:00~12:00	総合体育館アリーナ	一般~シニア	4,000円/年(300円/回)
	益子Jr.ランニングクラブ	毎週金曜日	18:00~19:00	南運動公園トラック	小学生~中学生	5,000円/年(1,500円/月):週4回
	ミニバスケットボール	毎週金曜日	19:00~21:00	益子小学校体育館	小学3年生以上	5,000円/年:週2回(500円/回)
	益子柔道会	毎週金曜日	19:00~21:00	総合体育館武道場	小学生以上	1,000円/年(200円/回)
	益子剣道クラブ	毎週金曜日	19:00~21:00	田野中学校武道場	小学生以上	1,000円/年(200円/回)
土	益子Jr.ランニングクラブ	毎週土曜日	9:00~11:00	南運動公園トラック	小学生~中学生	5,000円/年(1,500円/月):週4回
	硬式テニス	毎週土曜日	9:00~12:00	町民センターテニスコート	小学3年生以上	4,000円/年(300円/回)
	バドミントン教室	毎週土曜日	19:00~21:00	総合体育館アリーナ	小学生(3年以上30名迄)	4,000円/年(300円/回)
	益子柔道会	毎週土曜日	19:00~21:00	総合体育館武道場	小学生以上	1,000円/年(200円/回)

グラウンドゴルフ



新たなメンバーを大募集

ましこチャレンジクラブ No.1のビッグチーム(大所帯)に、皆さまこの春から参加してみませんか!?



- 第1～第3水曜日と
(悪天候により中止となった場合は第4水曜日以降も開催)
毎週木曜日の、どちらも午前中
- am.9:00～pm.0:00 ⇒ 3時間のラウンド
(夏季は暑さ対策のため開始時間を30分早めて)
- 会場は益子町民センターグラウンドにて開催
- 一般～シニアの方を対象に、どなたでもOK ☺
初心者の方、大歓迎!! お試しの体験参加もOK ☺
- 料金は、会員⇒2,000円/年、ビジター⇒200円/回
- まずは見学から ⇒ どうぞご遠慮なくお越しください!!

求む!! 楽々ウォーキング 運営スタッフ 大募集

毎月第2日曜日(たまに第1とか第3)に、わが町益子のあっちこっち(たまにわが町益子を離れて)を、元気にレッツ・ウォーキングをみんなでエンジョイしている《楽々ウォーキング》では、以前から

◆コースの選定・試歩 ◆開催の案内・募集 ◆当日の進行・先導・ガイド など

を担っていただける《楽々ウォーキング》運営スタッフを大・大・大募集しております

「やってみようかなあ～」「ちょっと興味あるなあ～」という方は、まずはお電話を

☎0285(72)7985【南運動公園内】もしくは 0285(81)3071【中央公民館内】まで

益子町総合スポーツクラブ
楽々ウォーキング
楽々ウォーキング



歩くのが好き!! 人とふれあうのが好き!! この益子町が好き!! 楽しいコトがとにかく大好き!!
といった情熱あふれる方のご応募を、本当にお待ちしております。資格は一切問いません

会員参加者

大募集

◆一般(高校生以上)	5,000円
◆シニア(65歳以上)	4,000円
◆ジュニア(中学生以下)	4,000円
◆ファミリー(3名以上)	10,000円
※保険料	
◆一般(高校生以上)	1,850円
◆シニア(65歳以上)	1,200円
◆ジュニア(中学生以下)	800円

※スポーツ保険の加入につきましては
ジュニア会員の方は全員ご加入いただきます。
それ以外の方は任意でご加入いただけます。

運動不足の解消に!!
健康の維持、増進に!!
新たな出会いを探しに!!
是非、ご活用ください



見学は自由ですよ/是非一度!!

予告

6月の楽々ウォーキング

ましこチャレンジクラブ わが町益子を歩こう会

お花見ウォーキング

梅雨の時期でございますねえ、もう梅雨入りしてるかな? まだ梅雨入り前かな? そんな頃の「お花見ウォーキング」と言えば…もちろん紫陽花を見ごろを迎えるわが益子のアジサイを愛でるこの季節ならではの「お花見ウォーキング」にご参加ください。

- 6月8日(第2日曜日) am.9:00 集合・出発
- 益子町役場の駐車場にお集まりください。
- 所要時間⇒約3時間 ■ コース距離⇒約7.5km(予定)
- 参加料は、会員⇒無料・ビジター(会員以外)⇒500円
- お飲み物や暑さ対策など、くれぐれも抜かりなく

お知らせ ましチャレンジを楽しむ皆さまへ

プログラムの日程等に一部変更がございますので、ましチャレンジを楽しむ皆さま、どうぞご注意ください。

- グラウンドゴルフ+ 5月 7日(水) ⇒ 会場施設が祝日(ゴールデンウィーク)による振替休場日のため、会場・時間ともそのまま、5月28日(第4水曜日)に代替開催いたします。
- バスケットボール 5月 7日(水) ⇒ 会場施設が祝日(G・W)による振替休館日のため、お休みいたします。
- わいわい子ども体操教室 5月 7日(水) ⇒ 会場施設が祝日(G・W)による振替休館日のため、お休みいたします。
- 益子剣道クラブ 5月 7日(水) ⇒ 会場施設が祝日(G・W)による振替休館日のため、お休みいたします。
- 筋力・元気アップ教室 5月30日(金) ⇒ 6月13日(第2金曜日)が会場施設が使用できずお休みとなる代わりに、5月は会場・時間ともそのまま、第5金曜日の30日も開催いたします。
- リフレッシュヨガ 5月の開催は ⇒ 14日(第2水曜日)・21日(第3水曜日)・28日(第4水曜日)の開催
6月の開催は ⇒ 4日(第1水曜日)・11日(第2水曜日)・18日(第3水曜日)の開催(予定)