



今月のましこチャレンジクラブ

発行日 令和7年6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

6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
6/1 ショートテニス・夜	2	3 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	4 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	5 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	6 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	7 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
8 楽々ウォーキング ショートテニス・夜	9	10 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	11 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	12 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	13 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	14 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
15 ショートテニス・夜	16	17 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	18 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	19 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	20 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	21 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
22 ショートテニス・夜	23	24 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	25 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	26 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	27 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	28 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
29 ショートテニス・夜	30	7/1 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	2 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	3 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	4 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	5 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	6月⇒益子町役場	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(毎月4回)	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)

益子柔道会

一緒に心も体も
強くなろう🍵



柔よく剛を制す！ 柔の道で心身ともに鍛錬を！！

- 毎週金曜日・土曜日の週2回開催(年間プログラム)
- pm.7:00~9:00 ⇒ 2時間ずつの稽古
- 会場はいずれも益子町総合体育館武道場
- 小学生以上、老若男女を問わずどなたでも！
- 料金は会員⇒1,000円/年 ビジター⇒200円/1回
- まずは見学から⇒ご自由にどうぞ！！



気合い入れて！！



女性の方、
経験のない方、
一般(大人)の方
大歓迎！！



新入部員大募集！！
女性や初心者も大歓迎！！



共に励みましょう！！

益子剣道クラブ

さあ今こそ君も、精神を研ぎ澄ませ！ 剣を取り立ち上がれ！！



- 毎週水曜日・金曜日の週2回開催(年間プログラム)
- pm.7:00~9:00 ⇒ 2時間ずつの稽古
- 水曜日の稽古は、益子町総合体育館武道場
金曜日の稽古は、田野中学校武道館 でそれぞれ行います。
- 小学生以上、老若男女を問わずどなたでも！
- 料金は会員 ⇒ 1,000円/年 ビジター ⇒ 200円/1回
- こちらも、まずは見学から⇒ご自由にどうぞ！！

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きます。

次のニュースです！！
ましこチャレンジクラブでは
コロナで落ち込んだ会員数も
徐々に回復の兆しを見せて
いるとか、いないとか！?



NEWS

がんばってほしいですね、見学はご自由にとの事です。

予告

7月の楽々ウォーキング

ましこチャレンジクラブ🍵わか町益子を歩こう会

多田羅木浅れ日ウォーキング

久しぶりにわか町益子をチョッとだけ飛び出して、おとなりの市貝町で日陰を探して「木浅れ日ウォーキング🍵」タイトルに嘘がないよう一所懸命、木浅れ日を探してはいるんですけどね…多分?暑いから、距離は短め、休憩は長め、ペースはゆっくり🍵

- 7月13日(第2日曜日) am.9:00 集合・出発
- 真岡鐵道/多田羅駅(市貝町)にお集まりください。
- 所要時間⇒約3時間 ■ コース距離⇒約7km(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

7プログラムの日程等の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。



- 硬式テニス 6月 7日(土) ⇒ 町民センターのテニスコートが使用できないため、日程はそのまま、会場を南運動公園のテニスコートに変更して開催させていただきます。
- 筋力・元気アップ教室 6月13日(金) ⇒ 会場の総合体育館(多目的室)が使用できず、お休みとさせていただきます。代わりに、5月30日(第5金曜日)に代替開催させていただきました。
- ラージボール卓球 6月13日(金) ⇒ 会場の総合体育館(アリーナ)も使用できないため、日程はそのまま、会場を北運動場体育館に変更して開催させていただきます。
- バドミントン教室 6月14日(土) ⇒ 同じく両日ともに総合体育館(アリーナ)が使用できないため、日程はそのまま、会場を北運動場体育館に変更して開催させていただきます。
- わいわい子ども体操教室 6月18日(水) ⇒ こちらも会場の総合体育館(多目的室)が使用できず、お休みとさせていただきます。代わりに、7月30日(第5水曜日)に代替開催いたします。
- リフレッシュヨガ 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
7月の開催は ⇒ 2日(第1水曜日)・9日(第2水曜日)・16日(第3水曜日)の開催(予定)