

市民活動NEWS

Vol.25

市民団体の活動の様子をお伝えします

2021 November / 市民活動団体支援室 (☎ 643-3274)

🌸 “大人なでしこひろば” で楽しく運動！ストレス解消！健康維持！

女性の運動不足を解消しようと、特定非営利活動法人 JUNSHIN SPORTS CLUB では、藤枝順心高校の人工芝グラウンドを借りて、“大人なでしこひろば”を開催している。

「ライフキネティック（脳機能活性エクササイズ）」やウォーキングサッカーを取り入れ、運動経験のない人も楽しく体を動かすプログラムを用意。サッカー経験がなくても、仕事終わりや子育ての合間にも参加できる。



お手玉を使ったライフキネティック



ウォーキングサッカー

この日は、ライフキネティックとしてお手玉を使った運動から始まり、「走らない・ボールを奪いにいかない」がルールのウォーキングサッカーを楽しんだ。参加者には、子どもが隣でサッカークラブの練習に参加している母親たちや、社会人の娘と一緒に参加することもある人などが多く、普段は運動する機会が少ないため、運動不足解消として参加しているそう。

法人の代表を務める渡邊さんは「女性は仕事・家事・育児等時間的な制約で運動習慣を作りにくい。運動習慣のない人に、気軽に参加してほしい」と新しい会員の募集にも力を入れる。

活動は毎週火曜日 19:30~20:30、藤枝順心高校のグラウンドで行われている（雨天の場合は中止）。

対象は、中学生以上の女性で、1回の参加費は500円。



ホームページはこちら→



←参加の申込みはこちら

市民活動団体感染症対策事業費補助金 🌸 令和3年度分の申請を受け付け中です！

新型コロナウイルス感染症に負けずに市民活動を継続する団体に対して、感染症防止対策用品の購入経費の補助をしています。

対象となる団体や、対象となる経費には条件がありますので、詳しくは、市のホームページをご確認いただくか、下記までお問い合わせください。

申請期限（令和3年度分）：令和4年2月28日（月）必着

（予算額に達した場合は受付終了です。）

問い合わせ：藤枝市 市民活動団体支援室

杉本（643-3274）

ホームページはこちら→



Schedule

♥ 12月4日（土）

団体交流会

（主催）ふじえだ市民活動支援センター

♥ 12月10日（金）

市民団体活動表彰式

♥ 1月～2月ごろに、市民団体実践講座を予定しています。