

# みはまスポーツクラブ 2023年度報告書

No.	教室名	曜日	日 程			定員	募集 総人数	参加 総人数	時 間		場 所	講 師	
			期	日 付	回数				時間帯	時間数		講 師	講師情報
1	美浜 ランニング スクール	月	1	4/17, 24, 5/1, 8, 15, 29, 6/5, 12, 19, 26	10	30	300	179	18:00 ~ 19:00	60分	日本福祉大学 陸上フィールド又は SALTO	三井 利仁	日本福祉大学教授 陸上部
			2	10/2, 9, 16, 23, 30, 11/6, 13, 20, 27, 12/4	10	30	300	121					
			3	1/15, 22, 29, 2/5, 12, 19, 26, 3/4	8	30	240	91					
2	50歳からの 筋トレ教室	火	1	4/4, 11, 18, 25, 5/2, 9, 16, 30, 6/6, 13, 20, 27, 7/4, 11, 8/1, 8	16	30	480	224	10:30 ~ 11:30	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	伊藤 雅介	日本福祉大学 トレーナー
			2	9/5, 12, 26, 10/3, 17, 31, 11/7, 14, 21, 28, 12/5, 12, 19	13	30	390	192					
			3	1/16, 23, 30, 2/6, 20, 27, 3/5, 12	8	30	240	118					
3	65歳からの 筋トレ教室	火	1	4/25, 5/2, 9, 16, 23, 30, 6/13, 20, 27, 7/4, 11, 18	12	25	300	239	10:00~	60分	美浜町総合公園体育館 研修室or保健センター 奥田公民館	八代 栄子	みはま 介護予防 リーダー
		水	2	9/20, 27, 10/4, 11, 18, 25, 11/1, 8, 15, 22, 29, 12/6	12	20	240	220	10:00~				
		火	3	1/16, 23, 30, 2/6, 20, 27, 3/5, 12, 19	9	16	144	131	13:30~				
4	体の硬い人のための ヨガ	火	1	4/4, 11, 18, 25, 5/2, 9, 16, 23, 30, 6/6, 13, 20, 27, 7/4, 11, 25, 8/1, 8	18	16	288	257	19:00 ~ 20:00	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室 サブアリーナ	新美 成果	ヨガ インストラクター
			2	9/5, 12, 26, 10/3, 17, 31, 11/7, 14, 21, 28, 12/5, 12, 19	13	25	325	166					
			3	1/16, 23, 30, 2/6, 20, 27, 3/5, 12, 19	9	16	144	95					
5	巡りのヨガ	火	1	4/4, 11, 18, 25, 5/2, 9, 16, 23, 30, 6/6, 13, 20, 27, 7/4, 11, 25, 8/1, 8	18	16	288	252	20:10 ~ 21:10	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室 サブアリーナ	新美 成果	ヨガ インストラクター
			2	9/5, 12, 26, 10/3, 17, 31, 11/7, 14, 21, 28, 12/5, 12, 19	13	25	325	140					
			3	1/16, 23, 30, 2/6, 20, 27, 3/5, 12, 19	9	16	144	84					
6	おはよう ストレッチ	水	1	4/12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19, 8/2, 9	16	16	256	173	10:00 ~ 10:30	30分	美浜町総合公園体育館 2階研修室 サブアリーナ	吉田 由美	健康運動 指導士
			2	9/6, 13, 10/4, 18, 11/1, 8, 15, 22, 29, 12/6, 13, 20	12	16	192	89					
			3	1/10, 17, 31, 2/21, 28, 3/6, 13	7	16	112	75					
7	ポッチャde 健康サークル	水	1	4/12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19, 8/2, 9, 16	17	20	340	172	11:00 ~ 12:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ		
			2	9/6, 13, 10/4, 18, 11/1, 8, 15, 22, 29, 12/6, 13, 20	12	20	240	120					
			3	1/10, 17, 31, 2/14, 21, 28, 3/6, 13	8	20	160	82					

No.	教室名	曜日	日 程		定員	募集 総人数	参加 総人数	時 間		場 所	講 師		
			期	日 付				回数	時間帯		時間数	講 師	講師情報
8	水曜日の 骨盤調整ヨガ	水	1	4/5, 12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19, 8/2, 9, 16	18	30	540	371	13:30 ~ 14:30	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	阿部 笑美	ヨガ インストラクター
			2	9/6, 13, 20, 10/4, 11, 11/1, 8, 15, 22, 29, 12/6, 13, 20	13	30	390	254					
			3	1/10, 17, 31, 2/7, 14, 21, 28, 3/6, 13	9	30	270	178					
9	ジュニア体育 スクール	水	1	4/12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5	12	20	240	239	17:00 ~ 18:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	松澤 光展	健康運動 指導士
			2	10/6, 13, 20, 11/3, 17, 24, 12/1, 8, 15, 22	10	20	200	155					
			3	1/10, 17, 24, 31, 2/7, 14, 21, 28, 3/6, 13	10	20	200	121					
10	心と身体を 緩めるヨガ	水	1	4/5, 12, 19, 26, 5/10, 17, 24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19, 26, 8/2, 9	18	16	288	250	19:30 ~ 20:30	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室 サブアリーナ	中村 昭美	ヨガ インストラクター
			2	9/6, 13, 27, 10/4, 11, 18, 11/1, 8, 15, 29, 12/6, 13, 20	13	25	325	191					
			3	1/17, 31, 2/14, 28, 3/6, 20	6	18	108	67					
11	ノルディック ウォーキング	木	1	4/6, 20, 5/4, 29, 6/1, 15, 7/6, 20	8	20	160	70	9:30 ~ 10:30	60分	美浜町総合公園体育館 周辺	八代 栄子	ベーシック インストラクター
			2	9/7, 21, 10/5, 19, 11/2, 16, 12/7, 21	8	20	160	57					
			3	1/18, 2/1, 29, 3/7, 21	5	20	100	38					
12	ノルディック ウォーキング サークル	木	1	4/13, 27, 5/11, 25, 6/8, 7/13, 27	7	20	140	44	9:30 ~ 11:00	90分	美浜町総合公園体育館 周辺	八代 栄子	ベーシック インストラクター
			2	9/14, 28, 10/12, 26, 11/9, 23, 12/14	7	20	140	48					
			3	1/11, 2/8, 3/14	3	20	60	22					
13	軸トレ ピラティス	木	1	4/6, 13, 20, 27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 15, 22, 29, 7/6, 13, 20, 27, 8/3, 10	18	16	288	242	10:30 ~ 11:30	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室	森田 久美子	フィットネス インストラクター
			2	9/7, 14, 21, 10/12, 19, 11/2, 9, 16, 23, 30, 12/7, 14, 21	13	18	234	186					
			3	1/18, 25, 2/1, 8, 15, 22, 29, 3/7, 14	9	18	162	125					
14	キッズウェルネス 講座（年中）	木	1	4/6, 13, 20, 27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 22, 29, 7/6, 13	13	20	260	187	16:15 ~ 17:15	60分	日本福祉大学リズム室	山本 秀人 石塚 文美	日本福祉大学教授 フィットネス インストラクター
			2	9/14, 21, 28, 10/5, 12, 19, 26, 11/2, 9, 16, 23, 30	12	20	240	207					
			3	1/5, 12, 19, 26, 2/2, 9, 16, 23, 3/2, 9, 16, 23	12	20	240	217					
15	キッズウェルネス 講座（年長）	木	1	4/6, 13, 20, 27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 22, 29, 7/6, 13	13	20	260	172	17:30 ~ 18:30	60分	日本福祉大学リズム室	山本 秀人 石塚 文美	日本福祉大学教授 フィットネス インストラクター
			2	9/14, 21, 28, 10/5, 12, 19, 26, 11/2, 9, 16, 23, 30	12	20	240	159					
			3	1/11, 18, 25, 2/1, 8, 15, 22, 29, 3/7, 14, 21, 28	12	20	240	140					

No.	教室名	曜日	日 程		定員	募集 総人数	参加 総人数	時 間		場 所	講 師		
			期	日 付				回数	時間帯		時間数	講 師	講師情報
16	フィールドワーク 大学生と遊ぼう 子どもスポーツ 体験ラボ	木	2	10/5, 12, 19, 26, 11/2, 9, 16, 23	8	20	160	132	17:15 ~ 18:15	60分	日本福祉大学 SALTO	住田 健	日本福祉大学
17	エアロビクス	木	1	4/6, 13, 20, 27, 5/11, 18, 25, 6/1, 8, 15, 22, 29, 7/6, 13, 20, 27, 8/3, 10	18	30	540	486	20:00 ~ 21:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	吉田 由美	健康運動 指導士
			2	9/7, 14, 28, 10/5, 12, 19, 11/2, 9, 16, 23, 30, 12/7, 21	14	30	420	361					
			3	1/18, 25, 2/1, 22, 29, 3/7, 14	7	30	210	144					
18	ピラティス	木	1				0	19:30 ~ 20:30	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	森田 久美子	フィットネス インストラクター	
			2	9/7, 14, 28, 10/5, 12, 19, 11/2, 9, 16, 23, 30, 12/7, 14, 21	14	18	252						132
			3	1/18, 25, 2/1, 8, 15, 22, 29, 3/7	8	18	144						79
19	金曜日の 骨盤調整ヨガ	金	1	4/7, 14, 21, 28, 5/5, 12, 19, 26, 6/2, 9, 16, 23, 30, 7/14, 21, 8/4, 11, 18	18	16	288	192	10:00 ~ 11:00	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室	阿部 笑美	ヨガ インストラクター
			2	9/8, 15, 22, 29, 10/6, 13, 20, 11/3, 17, 24, 12/1, 8, 15, 22	14	16	224	123					
			3	1/12, 19, 26, 2/2, 9, 16, 23, 3/1, 15	9	16	144	100					
20	美姿勢 アンチエイジング ヨガ	金	1	4/7, 14, 21, 28, 5/5, 12, 19, 26, 6/2, 9, 16, 23, 30, 7/14, 21, 8/4, 11, 18	18	16	288	164	11:15 ~ 12:15	60分	美浜町総合公園体育館 2階研修室	阿部 笑美	ヨガ インストラクター
			2	9/8, 15, 22, 29, 10/6, 13, 20, 11/3, 17, 24, 12/1, 8, 15, 22	14	16	224	108					
			3	1/12, 19, 26, 2/2, 9, 16, 23, 3/1, 15	9	16	144	84					
21	シニアのための エアロビクス	金	1	4/7, 14, 21, 28, 5/5, 12, 19, 26, 6/9, 16, 23, 30, 7/7, 14, 28, 8/4, 11, 18	18	16	288	267	14:00 ~ 15:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	吉田 由美	健康運動 指導士
			2	9/8, 15, 22, 29, 10/6, 13, 20, 11/3, 17, 24, 12/1, 8, 15, 22	14	20	280	227					
			3	1/12, 19, 26, 2/9, 23, 3/1, 8, 15	8	20	160	125					
22	ジュニア体育 スクール	金	1	4/7, 14, 21, 28, 5/12, 19, 26, 6/2, 9, 16, 23, 30	12	10	120	136	17:00 ~ 18:00	60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	松澤 光展	健康運動 指導士
			2	10/4, 11, 18, 11/1, 8, 15, 29, 12/6, 13, 20	10	10	100	111					
			3	1/12, 19, 26, 2/2, 9, 16, 23, 3/1, 8, 15	10	20	200	105					
23	フィールドワーク にっぶくはつらつ 教室	土	2	9/30, 10/7, 14, 21, 28, 11/11, 18, 25	8	30	240	88	11:00 ~ 12:30	90分	日本福祉大学 SALTO	山根 真紀	日本福祉大学 教授

No.	教室名	曜日	日程		定員	募集 総人数	参加 総人数	時間		場所	講師		
			期	日付				回数	時間帯		時間数	講師	講師情報
24	スナック ゴルフ教室	土	1	4/22, 29, 5/6, 20, 27, 6/3, 10, 17	8	20	160	89	14:00 ~ 15:30	90分	新南愛知 カントリークラブ	山根 真紀 (1期2期) スポーツ推進 委員(3期)	日本福祉大学 教授 ゴルフ部
			2	10/1, 15, 22, 29, 11/5, 12, 19, 26	8	20	160	98					
			3	1/14, 21, 28, 2/4, 11, 18, 25, 3/4	8	20	160	70					
25	ズンバ® ゴールド	土	1	4/18, 15, 22, 29, 5/6, 13, 20, 27, 6/10, 17, 24, 7/15, 8/5, 12, 19	15	20	300	118	10:30 ~ 11:15	45分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	椋本 敬子	フィットネス インストラクター
			2	9/2, 9, 16, 23, 30, 10/7, 14, 21, 11/4, 25, 12/9, 16, 23	13	16	208	111					
			3	1/13, 20, 27, 2/3, 10, 17, 24, 3/2, 16	9	18	162	95					
26	ZUMBA®	土	1				0	11:30 ~ 12:15	45分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	椋本 敬子	フィットネス インストラクター	
			2				0						
			3	1/13, 20, 27, 2/3, 10, 17, 24, 3/2, 16	9	20	180						180
27	かけっこ スクール	水	2	9/6, 13, 20, 27	4	30	120	83	17:00 ~ 18:00	60分	美浜町総合公園体育館 メインアリーナ	松澤 光展	健康運動 指導士
28	かけっこ スクール	金	2	9/8, 15, 22, 29	4	15	60	57	17:00 ~ 18:00	60分	美浜町総合公園体育館 メインアリーナ	松澤 光展	健康運動 指導士
29	チア ダンススクール	火	2	9/26, 10/3, 17, 31	4	30	120	73	16:30 ~ 18:40	60分 60分	美浜町総合公園体育館 サブアリーナ	山下 舞	プロ チアリーダー
30	にっぴく テニススクール	土	2	9/30, 12/2	2	60	120	22	11:00 ~ 12:30	90分	日本福祉大学 テニスコート	安藤 佳代子	日本福祉大学 テニス部
合計					826	1,601		11,120					