

# 総合型地域スポーツクラブ

一般社団法人



## ライズはしかみ 通信

令和元年9月号

階上町道仏字天当平 1-150  
TEL:0178-32-0147 (町民体育館)  
FAX:0178-32-0157  
HP <http://www.risehashikami.jp/>  
Mail [info@risehashikami.jp](mailto:info@risehashikami.jp)

9月に入り、朝夕は肌寒く感じるようになりました。この時期は夏の疲れと季節の変わり目で、体調を崩しやすくなります。風邪などを引かないよう、外出後には手洗いうがいをしっかりを行い、規則正しい生活を心がけましょう。

さて、秋といえば「食欲の秋」、「読書の秋」、「芸術の秋」、「行楽の秋」・・・そして「スポーツの秋」です!!夏の疲れに負けず、いろいろなスポーツに挑戦してみてはいかがでしょうか。

## ライズはしかみでお楽しみ会を開催しました!!

9月16日(月)にライズはしかみの会員さんとそのご家族を対象に「お楽しみ会」を開催いたしました。今年はバーベキュー、流しそうめん、ゲームを行い、とても賑やかで楽しいイベントとなりました。お手伝い下さいました保護者の皆様、誠にありがとうございました。



## 10月 またまたやります! 無料体験キャンペーン

10/1(火)~10/31(木)の期間で無料体験キャンペーンを開催いたします。全教室、スクールの体験が可能です。そして、10月中に入会していただいた方はなんと!!

**「今年度の年会費が無料!!」**

になります。具体的に何をやるのかかわからない教室もあると思いますので、是非一度体験してみませんか??

**おいせ**

10/6(日)に赤保内小学校体育館にて、親子でわくわく運動遊びを行います。ボールを使ったゲームや鬼ごっこ、身体づくり運動など楽しめる内容となっています。お子さん1人での参加も可能ですので、ぜひご参加下さい!! たくさんのご参加お待ちしております!!

時間 9:30~10:30 幼児  
11:00~12:00 小学生

参加料 1家族 500円