



11月 JOIN US!

〈発行元〉 スポーツクラブ21日高
(日高文化体育館内)

〒669-5305 豊岡市日高町祢布954-6
TEL&FAX(0796)42-2505
<http://comhidaka.or.jp>

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---------------|--|---|--|--|---|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| まちの水道屋さん 田里水道ポンプ工業所 (祢布) 42-2651 | | 一期一会のおもてなし かななべ高原 高原亭 (名色) 45-0174 | | 八:卓球① ラージ卓球② 文:綱引き① 文:バウトテニス 三:エンジョイスポート き:剣道 | 府:フットサル② 八:バレーボール 静:フットサル③ ス:ナイターサッカー み:ゆかいなビッポン 西:ラージ卓球① | 国:グラウトゴルフ③ 八:卓球①・ラージ卓球② 静:グラウトゴルフ② ス:サッカー・テニス き:楽しいビッポン 西:リッツスポーツ・卓球② |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 防:グラウトゴルフ① 静:卓球③ お知らせ 日高地域ドッジボール大会 11月10日(土) 14:00~ 日高文化体育館 | ス:ナイターテニス | 日:バドミントン ナイト⑤ 文:ソフトバレーボール③ | 府:ピンポン 国:グラウトゴルフ③ 文:バドミントン⑤ 西:スポーツ太鼓 | 八:卓球① ラージ卓球② 文:綱引き① 文:バウトテニス 三:エンジョイスポート き:剣道 | 府:フットサル② 八:バレーボール 静:フットサル③ ス:ナイターサッカー み:ゆかいなビッポン 西:ラージ卓球① | 国:グラウトゴルフ③ 八:卓球①・ラージ卓球② 静:グラウトゴルフ② ス:サッカー・テニス み:綱引き② き:楽しいビッポン 西:リッツスポーツ・卓球② |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 日:グラウトゴルフ① 静:卓球③ | ス:ナイターテニス | 日:バドミントン ナイト⑤ 文:ソフトバレーボール③ | 国:グラウトゴルフ③ 文:バドミントン⑤ | 八:卓球① ラージ卓球② 文:綱引き① 文:バウトテニス 三:エンジョイスポート き:剣道 | 府:フットサル② 静:フットサル③ ス:ナイターサッカー み:ゆかいなビッポン 西:ラージ卓球① | 国:グラウトゴルフ③ 八:卓球①・ラージ卓球② 静:グラウトゴルフ② ス:サッカー・テニス み:綱引き② き:楽しいビッポン 西:リッツスポーツ・卓球② |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 日:グラウトゴルフ① 静:卓球③ 有機栽培農法 『ハイブリット米』 松岡茶屋農園 北見清喜 (松岡) 42-1355 | ス:ナイターテニス | 日:バドミントン ナイト⑤ 文:ソフトバレーボール③ | 府:ピンポン 国:グラウトゴルフ③ 文:バドミントン⑤ 西:スポーツ太鼓 | 八:卓球① ラージ卓球② 文:綱引き① 文:バウトテニス 三:エンジョイスポート き:剣道 | 府:フットサル② 八:バレーボール 静:フットサル③ ス:ナイターサッカー み:ゆかいなビッポン 西:ラージ卓球① | 府:ソフトバレーボール① 府:バドミントン④ 国:グラウトゴルフ③ 八:卓球①・ラージ卓球② 静:グラウトゴルフ② ス:サッカー・テニス み:綱引き② き:楽しいビッポン 西:リッツスポーツ・卓球② |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| 府:親子ふれあい サッカー 日:グラウト ゴルフ① 静:卓球③ | ス:ナイターテニス | 日:バドミントン ナイト⑤ 文:ソフトバレーボール③ | 国:グラウト ゴルフ③ 文:バドミントン⑤ | 八:卓球① ラージ卓球② 文:綱引き① 文:バウトテニス 三:エンジョイスポート き:剣道 | 府:フットサル② 八:バレーボール 静:フットサル③ ス:ナイターサッカー み:ゆかいなビッポン 西:ラージ卓球① | 豊岡市上下水道公認 太陽設備 (国分寺) 42-1462 |

府:府中小体育館・グラウト 国:国府ふれあい公園 乙:国府地区コミュニティセンター 八:八代小体育館 日:日高小体育館・グラウト
 文:日高文化体育館 防:防災公園 静:静修小体育館・グラウト 三:三方小体育館・グラウト ス:植村直己記念スポーツ公園
 み:三方地区コミュニティセンター 清:清滝小体育館 き:清滝地区コミュニティセンター 西:西気体育館

種目別活動一覧表

| 種目 | 活動日 | 時間 | 会場 |
|-------------------------|------------|-------------|--------------------|
| 卓球①・ラージ卓球② | 毎週 木曜日 | 20:00~22:00 | 八代小体育館 |
| | 毎週 土曜日 | 20:00~22:00 | |
| 卓球② | 毎週 土曜日 | 19:00~21:00 | 西気体育館 |
| 卓球③ | 毎週 日曜日 | 13:30~15:00 | 静修小体育館 |
| ラージ卓球① | 毎週 金曜日 | 9:00~11:30 | 西気体育館 |
| ピンポン | 第1・3水曜日 | 19:30~21:00 | 府中小体育館 |
| ゆかいなピンポン | 毎週 金曜日 | 19:30~21:00 | 三方地区 コミュニティセンター |
| 楽しいピンポン | 毎週 土曜日 | 19:30~21:00 | 清滝地区 コミュニティセンター |
| バドミントン④ | 第2・4土曜日 | 19:30~21:30 | 府中小体育館 |
| バドミントン⑤ | 毎週 水曜日 | 10:00~12:00 | 日高文化体育館 |
| バドミントンナイト⑤ | 毎週 火曜日 | 20:00~22:00 | 日高小体育館 |
| ソフトバレーボール① | 第2・4土曜日 | 19:30~21:30 | 府中小体育館 |
| ソフトバレーボール③ | 毎週 火曜日 | 20:00~21:45 | 日高文化体育館 |
| 綱引き① | 毎週 木曜日 | 20:00~21:45 | 日高文化体育館 |
| 綱引き② | 毎週 土曜日 | 20:00~22:00 | 三方地区 コミュニティセンター |
| サッカー | 毎週 土曜日 | 9:30~12:00 | 植村直己記念 スポーツ公園 |
| ナイターサッカー | 毎週 金曜日 | 19:30~21:30 | |
| テニス | 毎週 土曜日 | 9:30~12:00 | |
| ナイターテニス | 毎週 月曜日 | 19:30~21:00 | |
| フットサル② | 毎週 金曜日 | 19:00~22:00 | 府中小体育館 |
| フットサル③ | 毎週 金曜日 | 20:00~22:00 | 静修小体育館 |
| エンジョイスポーツ (バスケットボール) | 毎週 木曜日 | 19:30~21:00 | 三方小体育館 |
| グラウンドゴルフ① | 毎週 日曜日 | 8:30~10:30 | 日高小グラウンド |
| グラウンドゴルフ② | 毎週 土曜日 | 9:00~11:00 | 静修小グラウンド |
| グラウンドゴルフ③ | 毎週 水・土曜日 | 9:00~11:00 | 国府ふれあい公園 |
| 剣道 | 毎週 木曜日 | 19:30~21:00 | 清滝地区 コミュニティセンター |
| 軟式野球・ソフトボール | 11月~3月 お休み | | 府中小グラウンド |
| ミニバスケットボール | しばらくお休み | | 府中小体育館 |
| 太極拳 | しばらくお休み | | 国府地区 コミュニティセンター |
| バウンドテニス | 毎週 木曜日 | 20:00~21:45 | 日高文化体育館 |
| レツスポーツ | 毎週 土曜日 | 19:00~21:00 | 西気体育館 |
| 親子ふれあいサッカー | 第2・4日曜日 | 17:00~19:00 | 府中小体育館 |
| バレーボール | 毎週 金曜日 | 20:00~22:00 | 八代小体育館 |
| スポーツ太鼓 | 第1・3水曜日 | 19:30~21:00 | 西気体育館 |

※ 天候や会場の都合により、変更または休止になることがあります。ご了承ください。



活動変更等のお知らせ

こくふ

- ☆バドミントン④ … 10日(土) 休み
- ☆ソフトバレーボール① … 10日(土) 休み
- ☆親子ふれあいサッカー … 11日(日) 休み
- ☆軟式野球・ソフトボール … 3月まで 休み



『ニコニコワイワイ歩キング!!』

11月4日(日) 9:00~12:00

国府桜づつみ公園

どなたでも参加OKです♪



やしろ

- ☆バレーボール … 16日(金) 休み

ひだか

- ☆グラウンドゴルフ①
4日(日)は防災公園にて活動



せいしゅう

『第7回ふれあいスポーツフェスティバル』

11月17日(土) 9:00~12:00

静修小学校

どなたでも参加OKです♪



みかた

- ☆綱引き② … 3日(土) 休み



きよたき

『秋のスポーツフェスティバル』

~ スポーツで地域を元気に ~

11月11日(日) 13:30~15:30

清滝小学校 体育館

どなたでも参加OKです♪



スポーツクラブ21とは・・・

『だれでも、いつでも、どこでも』スポーツを楽しむことができる **会員制スポーツクラブ** です。
楽しみながら健康づくりをすることが目的ですので、お子さんからご高齢の方まで気軽にご参加ください。

- ◆ 多 種 目 ◆ 住んでいる地区に関係なく、どの会場でも行くことができ、いろいろな種目を楽しめます。
- ◆ 多 世 代 ◆ お子さんからご高齢の方まで楽しめます。年齢制限はありません。
- ◆ コ ー チ ◆ レベルに応じた指導を受けられるので、初心者でも安心して参加できます。
- ◆ 拠点施設 ◆ 小学校の体育館や市の施設を使って活動します。また、小学校の体育館などに設置された会員の交流の場となるクラブハウスを利用できます。
- ◆ 情 報 ◆ 日高の会報『ジョイナス』により、クラブのいろいろなスポーツ情報を得られます。

| | |
|-----|------------------------------|
| 会 費 | 個人会員 ⇒ 年間 3,000円 |
| | 家族会員 ⇒ 年間 5,000円 (家族の人数制限なし) |