

わたしたちこんな活動しています

# サークル紹介

## 名寄市民卓球クラブ

仲間同志の絆を大切に  
明るく楽しい日々を



名寄市民卓球クラブは、平成11年に発足し、体育協会など多くの支援で運営され、今年で17年目になります。

会員は60歳以上で組織され、生涯スポーツや健康スポーツとして卓球を親しみ、ストレス解消や心身の健康、脳の活性化によるボケ防止を図ることを目的としています。

クラブでは、卓球の経験の無い方にはラケットの持ち方から始まり、卓球の基本技術を専門の指導員が指導します。また、毎週火曜日の例会で、仲間同志の絆を大切にしてお互いに話し合い、明るく楽しく笑いのあふる練習をしています。

運動オンチだと思っている方、人間関係を築くのが苦手で、寂しさを感じている方は特に歓迎します。

卓球は、頭を活性化し練習することで夢中になれるスポーツです。心身の健康とボケ防止、ストレス解消につながり、明るく楽しい日々が送れるようになります。一緒に卓球を始めませんか？会員一同心よりお待ちしております。

- 活動日時  
火曜 10:00~12:00
- 活動場所  
スポーツセンター
- 会費  
年額 3,000円  
※別途、年齢別保険料
- 連絡先  
秋山 秀雄さん  
☎01654③5340



## 名寄白樺合唱団

歴史ある混声合唱団で  
歌ってみませんか



- 活動日時  
月曜 19:00~21:00
- 活動場所  
名寄西小学校音楽室
- 会費  
月額 1,500円
- 連絡先  
渡辺 由美子さん  
☎01654③6005



名寄白樺合唱団は、昭和36年に結成し、53年続く歴史ある混声合唱団（混成3部）です。現在は40代〜70代の男性5人、女性13人で活動しています。

合唱団では、年1回の定期コンサートを開催するほか、年3回、市民合唱祭や道北合唱祭などに参加し発表をしています。近年は、道の駅で行われたミチエキコンサートや、駅前交流プラザ「よるーな」で行われたクリスマスフェアに出演するなど、活動の場が広がっています。

また、5月に完成する市民文化センター「ENRIAY」ホールでのオープンを伴い5月17日(日)に行われる、「ベートーヴェン作曲「交響曲第九番」の合唱コンサート」にも出演の予定で、練習を重ねています。ぜひ皆さんもオーケストラをバックに歌ってみませんか。

合唱は人数が多いほど、曲の完成度が高くなります。合唱に興味があればどなたでも入団できます。年齢・性別は問いませんが、特に男性の方は大歓迎です。

見学はいつでも大歓迎です。名寄西小学校音楽室にぜひお越しください。きっと入団したくなると思います。



「サークル紹介」では、市生涯学習課発行のサークル便利帳に掲載している団体を紹介しています。