H31年1月
Vol.15「平成31新春号」

一般社団法人 あすぽ
明日への一歩・・・

あすぽと

スポーツくじ
私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています

○気持ち新たに、一年のスタート○

新年あけましておめでとうございます。今年は「平成」から新し**い**元号へと繋がる貴重な一年です。平成に出会ったあすぽは、皆さんにとっていかがでしたか？これからも地域**の**元気と笑顔のために、あすぽは頑張っていきます。楽**し**みに**し**ていてください。

代表　瀬戸穂波

大人事業

★託児付き朝のエクササイズ
「チャージ！」
～新しい仲間大募集！～
・2月までビジターさん向け「託児ご利用キャンペーン」実施中。小さなお子さん連れの方も大歓迎です。
・3月はビジターさん体験回数無制限！そして早期更新＆入会キャンペーン開催。次年度、早めの手続きでラッキーをあなたに。

★夜筋!!～明日の為の筋トレ＆ストレッチ～
楽しい指導のもと、毎回心地良い筋肉痛になる…との声が。小学生も、男性も一緒に参加できます。ぜひお気軽に体験にいらしてください。
【3月までの開催日】
1月8日、22日
2月5日、19日
3月5日、19日

子ども事業

★マーリンスイミング
年末は楽しく鍋パーティしました。第三期も楽しく泳ぎましょう！会員募集中。
★ファイトキッズ
跳び箱・鉄棒・マットのほか、楽しいゲームで体を動かします。3月まで年少さん＆年中さん体験キャンペーン実施中！
★ホリデージム
1月はフットサルとアスレチック。たくさん走って寒い冬を乗り切りましょう！
3月はカローリングとサンドイッチパーティで盛り上がろう♪

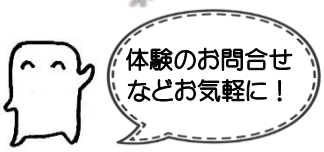
親子事業

★きらきら親子体操
寒い季節も、子ども達は動きたい！ママやパパも一緒に、快適なホールでめいっぱい遊びましょう。
次年度は名称新たに開催します♪
★じゃんぷキッズ
第三期は新規会員を迎え、満員となりました。空きが出る場合もありますので体験はご相談ください。
～今年の親子事業は、子育てがより良い時間になるような、イベントのご案内もしていきたいと思います。～

あすぽの＊仲間たち＊

ほぼ実話!④武さん編
イラストbyかめ先生

今年もあすぽスタッフ一同、よろしくお願い致します☺
裏面にスタッフの「今年の一字」あり。ぜひご覧くださいね→→



会員さんに聞きました!
「今年、がんばりたい・挑戦したいことは?」

「去年より10倍輝きたい」
(ホリデージム会員　Sさん)
「仮面ライダージオウになって、縄跳びをする」
「あまり手と口を出さずに、子どもの意欲を育てたい」
(じゃんぷキッズ会員　A君とママ)
「4月に就職する息子を全力で応援する」
(チャージ会員　Sさん)
「コーラスで県のコンクールや各地の演奏会出演予定。高みをめざして、練習あるのみ！」
(託児サポーター　Fさん)

発行元	一般社団法人あすぽ
連絡先	☎ 090-8013-5541 ✉asupo2009@yahoo.co.jp
WEB	💻 http://asupo1.com facebook.com/asupo2009

あすぽスタッフ。今年の一字

整
断捨離をする
（原）

心
心をこめる
（武）

速
スピード感を
もって猛進！
（あき）

穏
心穏やかに
（福）

寧
名前の一文字。
家庭的な一年に。
（亀）

静
ガミガミ言わず
見守ろう
（瀧）

和
和を大切に
和やかに
（まみ）

腹
腹を据える
腹を抱えて笑う
腹回り…（ほな）

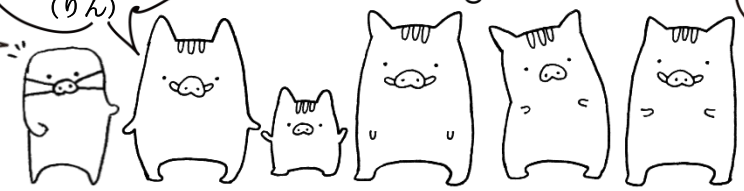
腰
腰の歪みを治す
腰を据えて勉強
（りん）

進
とりあえず
進んでいこう
（松）

転
どんなことも
転じて福となす
（きょろ）

楽
人生後半、何でも
楽しんじゃおう！
（陽子）

笑
思い浮かぶ
字と言えば！
（西）



Remember 2018

通常活動以外に、昨年もいろいろありました。
活動を振り返り一部ご紹介します。※下線は新企画

１月　みなみあしがら学童へ出張ホリデージム
２月　山北町社協「世代間交流事業」でカローリング
３月　「ME-BYO フェスタ 2018 春」協力（3033 運動ブース）
４月　南足柄市文化会館にて「健康体操」定期開催（～９月まで毎月、高橋先生）
５月　南足柄市タッチケア講習会事業協力（以降年度内５回、佐々木先生）
　　山北町チャレンジデー協力、松田町子育て支援センターへ出張レッスン（増田先生）
６月　「なかよしフェスタ」で親子体操（高橋先生）・「ME-BYO フェスタ 2018」協力（3033 運動ブース、ヨガギネス）・一般社団法人あすぽ定時社員総会開催
７月　山北町サマースクールでホリデージム「学習ひろば」開催・イベント「マタニティ＆ベビーのためののびやかＹＯＧＡ」開催・地域クラブアシスタントマネジャー養成講座で講師を務める・どんぐりんへ出張スイミング（～８月、きょろ先生）
８月　「やまきた駅前朝市」アトラクション参加（武藤先生）
　　やまきた児童クラブへ出張ホリデージム
９月　チャージ！みなみ会場の拠点に狩野公民館加わる
10 月　南足柄市文化会館にて「昼ヨガ」定期開催（以降毎月、阿部先生）
　　「やまきた健康スポーツ大会」参加・みなみあしがら学童で親子レク担当
11 月　山北町キッズカーニバル協力・関東ブロッククラブネットワークアクション参加
12 月　KSN クラブマネジャー研修会参加・mama's hug 初コラボ「Touch のお話」開催

「猪突猛進」Gくん（小6・ホリデージム会員）

【編集後記】

年末年始のご馳走で、お腹まわりのお肉が気になるのは…毎年恒例！「チャージ！」でまた体を整えることを楽しみにしています。

そうそう、体のクセで骨盤と肩の位置が歪みがちな私は、年末に整骨院に駆け込むはめに。今年はしっかり治すぞ！［りん］

スポーツくじ

toto　BIG

スポーツは育てることができる。

スポーツくじ（toto・BIG）の収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

一般社団法人あすぽは toto スポーツ振興くじ助成を受けて活動しています。使途状況など各種報告書につきましては、ホームページや会場受付で公開しています。