



# 自主クラブ 部員募集中！

『しろやま倶楽部』は、世田谷区で4番目の総合型地域スポーツクラブとして、2007年に創設されました。自主クラブはスポーツ系だけでなく、文化系のクラブもあります。見学・体験は、いつでもどなたでも受け付けておりますので、ご希望のクラブに直接お問い合わせください。ご入会をお待ちしております！！

## バスケットボール

活動日：第2日曜日 13:30～16:00  
第4日曜日 9:30～12:00

場所：城山小学校体育館

対象：小学1年生～大人まで

会費：1回200円

指導者：藤崎健一、佐々木誠、渡邊弘文、戸崎啓一

子供も大人も親子でも一緒に楽しめます！



初心者の方でも大丈夫です！  
キツイ練習はありません！  
初心者の方でも大丈夫です！  
入部をお待ちしています！



連絡先 小東理人(北ガマサト) 090-1264-9820

## ソフトバレーボール

活動日：第2土曜日 13:00～15:00 (城山小)  
第4日曜日 13:00～15:00 (城山小)  
第1・3土曜日 18:45～21:00(世田谷中)

場所：城山小学校及び世田谷中学校体育館

対象：小学1年生～大人まで

会費：6ヶ月500円

指導者：秋谷博子、木村みどり、忍田昌江

大人と子供と一緒にプレー、又夜間は大人のみ、  
と自分に合った練習が選べます。

ボールは軟らかいので、手には易しいです。

楽しく、元気に、汗を流してみませんか！



連絡先 鬼島美弥子 03-3425-8305 (TEL/FAX)

## 空手道 (世空道)

活動日：日曜日 14:30～16:00 (世田谷中)  
水曜日 18:15～20:00 (山崎小)  
金曜日 18:00～19:30 (城山小)

場所：世田谷中格技室・山崎小体育館・城山小体育館

対象：幼稚園生(年中)～大人まで

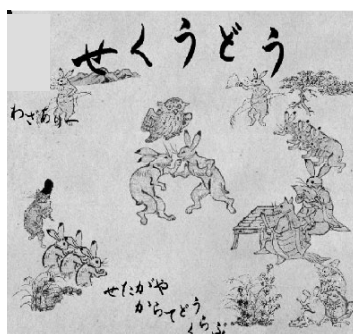
会費：4,000円/月

指導者：大木陽悦(5段)

及び国土館大学空手道部学生

経験の有無は問いません！

お気軽にご参加ください！



連絡先 setagayakaratedo@gmail.com

ブログ「世空道」で検索してください

## 太極拳

活動日：第1・3日曜日 9:00～13:00  
第2・4日曜日 9:30～11:30  
第2・4水曜日 19:00～21:00

場所：ほっとスクール城山

城山小学校ランチルーム

会費：500円/回 連絡費他200円/月

講師：俵谷正夫・俵谷眞佐子

40代～80代の男女で練習しています。

足腰やバランス感覚を鍛え、健康増進が図れます！



連絡先 甲斐利栄子 03-3706-2047 (TEL/FAX)

## スポーツ吹矢

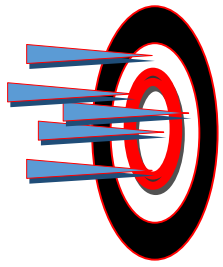
活動日：第2・4日曜日 11:30～13:00

場所：城山小学校ランチルーム

対象：成人（男女問わず）

会費：500円/月

講師：俵谷正夫・俵谷眞佐子



初めての方でも基本から教えます。  
腹式呼吸により健康な体を作ります。  
ゲーム性があり結果がすぐ出ます。  
高齢者や障害がある方も楽しめます。

体験の際はマウスピース代100円をご負担ください。

連絡先 穴戸和子 03-6423-7602 (TEL/FAX)

留守電にメッセージを残してください。折り返し連絡します。

## コーラス Sing Pal

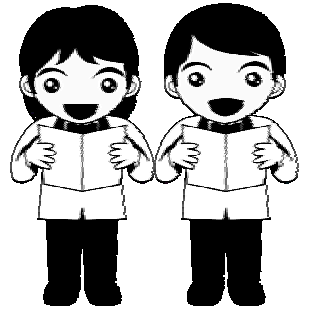
活動日：土曜日 10:00～12:00

（土曜授業日は14:00～16:00）

場所：城山小学校第2音楽室

会費：1,000円/月

講師：富士榮真紀（常任） 中村拓紀（指揮/ボイス  
トレーニング） 声楽家・日本指揮者協会実行委員



丁寧に音取りから練習していますので、初心者でも大丈夫！  
もちろん経験者の方は大歓迎です。プロのボイストレーニングで  
呼吸法や発声も練習します。ぜひ、体験しに来てみてください。

連絡先 富士榮真紀 042-708-4272 (TEL)

makky\_comodo@ybb.ne.jp (メール)

留守電又はメールで連絡してください。折り返し連絡します。

## 親子体操

活動日：毎週月曜日 16:30～17:45

場所：城山小学校体育館

対象：2歳～7歳まで

会費：1,000円/月（1人追加ごとに500円追加）



ボール・跳び箱・マットなどを使って、色々な運動  
やリズム体操を行っています！



興味のある方は、ぜひ体験にご参加下さい！  
一緒に楽しく身体を動かしましょう！

連絡先 林 静枝 03-3701-7545 (TEL/FAX)

留守電にメッセージを残してください。折り返し連絡します。

## 英語クラス

活動日：第2土曜日 14:00～16:00

第4土曜日 10:00～12:00

場所：世田谷中学校ミーティング室

対象：小学1年生～中学生

会費：1回500円

講師：瀬川みどり



入会は随時受付けています。

英語を楽しみながら学習しましょう！

ぜひ体験してみてください！！

連絡先 鬼島美弥子 03-3425-8305 (TEL/FAX)

## 入会までのステップ

見学・体験する クラブ代表に連絡してご参加ください！

体験参加(初回1度限り)は、各クラブの参加費が無料になります。

しろやま倶楽部に入会する

入会申込書と年会費(大人も子供も同額)を提出する。

年会費:個人2,000円/ファミリー4,000円/未就学児500円(注1)

自主クラブに入部する (注1)保護者が会員の場合のみ

各々のクラブで決められた参加費を納めて参加する。

その他情報

会員になると、他の自主クラブにも参加できます。

スポーツ傷害保険には、しろやま倶楽部として全員加入しています。

## しろやま倶楽部インフォメーション

スポーツ系のクラブ(12クラブ)

卓球 ショートテニス ソフトバレーボール 健康体操 親子体操  
フットサル 太極拳 バスケットボール YOGA HIP HOP DANCE  
スポーツ吹矢 空手道クラブ

文化系のクラブ(5クラブ)

お花クラブ 筆と紙で楽しむ会 手作りサロン 英語クラス  
コーラス(sing pal)

しろやま倶楽部事務局

世田谷区梅丘2-1-11 城山小学校内

TEL&FAX:03-3420-2047

詳しくはホームページで!

しろやま倶楽部

体験申し込みもできます!