

R2年度 自主事業の内容

教室・イベント名称	場所	曜日	時間	単価	対象	年間定員(名)	実施日数	参加人数
インドアテニス A	大体育室	月	9:10-11:50	1,980	16歳以上	288	22	98
インドアテニス B	小体育室	火	9:30-14:10	1,980	16歳以上	432	24	420
幼児体操 年長A	小体育室	金	16:00-17:00	720	4歳以上～未就学児	108	26	333
幼児体操 年長B	小体育室	金	17:05-18:05	720	4歳以上～未就学児	108	20	153
幼児体操 年少A	小体育室	金	10:40-11:40	720	2歳3ヶ月～4歳未満	100	26	189
幼児体操 年少B	小体育室	金	14:55-15:55	720	2歳3ヶ月～4歳未満	100	26	174
親子体操	小体育室	金	9:40-10:30	850	1歳3ヶ月～3歳未満 保護	88	26	124
らくらく体操教室A	武道室	月	12:40-13:50	620	60歳以上	140	27	561
らくらく体操教室B	武道室	月	14:00-15:10	620	60歳以上	140	27	377
らくらく体操教室C	武道室	木	13:10-14:20	620	50歳以上	140	30	336
らくらく体操教室D	武道室	木	14:30-15:40	620	50歳以上	140	30	645
リフレッシュ体操教室	武道室	金	9:20-10:30	720	16歳以上	140	29	496
ジュニア体操	小体育室	木	17:05-18:05	720	小学校低学年	100	21	81
なかよし体操	小体育室	木	18:10-19:10	1,000	小・中学生	40	21	0
ジュニアバドミントン	大体育室	木	17:00-19:00	700	小・中学生	160	23	259
エヴェッサチアダンスキッズクラス	多目的室	金	18:00-19:00	1,550	4歳～小学3年生	300	25	449
エヴェッサチアダンスジュニアクラス	多目的室	金	19:10-20:10	1,550	小学4年～中学生	240	25	351
エヴェッサバスケットボールAクラス	小体育室	火	17:20-18:20	1,300	小学校低学年	240	22	345
エヴェッサバスケットボールBクラス	小体育室	火	18:25-19:25	1,300	小学4年～中学生	240	22	348
ラージボール卓球	小体育室	月	15:00-16:30	620	16歳以上	160	26	398
太極拳	武道室	月	15:20-16:50	720	16歳以上	140	27	152
ヨガA	武道室	月	10:00-11:30	720	16歳以上	200	27	552
ヨガB	武道室	木	10:00-11:30	720	16歳以上	200	30	749
パワーヨガA	武道室	火	9:30-10:30	720	16歳以上	140	27	251
パワーヨガB	小体育室	火	19:40-20:45	720	16歳以上	140	22	252
整美操	第2フィットネスルーム	月	9:30-10:30	700	16歳以上	52	25	37
すっきりシェイプ	第2フィットネスルーム	月	13:00-14:00	700	16歳以上	52	25	212
サーキットTR	第2フィットネスルーム	月	19:30-20:30	700	16歳以上	52	19	66
ゆったり体操	第2フィットネスルーム	火	9:30-10:30	700	16歳以上	52	25	154
健美操	第2フィットネスルーム	火	11:00-12:00	700	16歳以上	52	25	179
ゆっくりストレッチ	第2フィットネスルーム	木	9:30-10:30	700	16歳以上	52	26	249
運動不足さよなら	第2フィットネスルーム	木	11:00-12:00	700	16歳以上	52	26	237
すっきりリフレッシュ	第2フィットネスルーム	木	13:00-14:00	700	16歳以上	52	26	152
骨粗しょう症予防	第2フィットネスルーム	木	14:30-15:30	700	16歳以上	52	26	151
お肉サヨナラ健康体操	第2フィットネスルーム	木	19:30-20:30	700	16歳以上	52	20	179
のびのび体操	第2フィットネスルーム	金	9:30-10:30	700	16歳以上	52	26	208
超健康ステップ体操	第2フィットネスルーム	金	11:00-12:00	700	16歳以上	52	26	128
かんたんエアロビクス	第2フィットネスルーム	金	13:00-14:00	700	16歳以上	52	26	211
すっきりステップ	第2フィットネスルーム	金	19:30-20:30	700	16歳以上	52	19	138
機能改善ヨガ	第2フィットネスルーム	土	9:30-10:30	700	16歳以上	52	26	95
元気体操	第2フィットネスルーム	土	11:00-12:00	700	16歳以上	52	26	211
脂肪さよなら	第2フィットネスルーム	土	13:30-14:30	700	16歳以上	52	26	234
運動不足さよなら	第2フィットネスルーム	日	9:30-10:30	700	16歳以上	52	26	131
フィットネスルーム利用講習会	第1フィットネスルーム	水土日	13:30-14:30,18:00-19:00	250～1000	16歳以上	68	7	41
ヘルシーアップ講習会	第2フィットネスルーム	土	14:30-15:30	1,800	16歳以上	0	0	0
走り方教室	小体育室		13:00-15:15	500	16歳以上	無	1	40
ノルディックウォーキング	野外	16歳以上	10:00-12:00	500	16歳以上	無	1	16

R3年度 自主事業の内容

教室・イベント名称	場所	曜日	時間	単価	対象	年間定員	実施日数	参加人数
親子体操	小体育室	金	10:00-10:50	880	H30/4/2生まれ～R1/12/31生まれ	88	25	60
幼児体操 年少A	小体育室	金	11:00-12:00	750	H30/4/2生まれ～H31/4/1生まれ	100	25	133
幼児体操 年少B	小体育室	金	14:45-15:45	750	H29/4/2生まれ～H30/4/1生まれ	100	25	69
幼児体操 年長	小体育室	金	15:50-16:50	750	H27/4/2生まれ～H29/4/1生まれ	108	25	190
らくらく体操教室A	武道室	月	12:40-13:50	650	60歳以上	140	35	729
らくらく体操教室B	武道室	月	14:00-15:10	650	60歳以上	140	35	424
らくらく体操教室C	武道室	木	13:10-14:20	650	50歳以上	140	37	586
らくらく体操教室D	武道室	木	14:30-15:40	650	50歳以上	140	37	716
リフレッシュ体操教室	武道室	金	9:20-10:30	750	16歳以上	140	36	535
ジュニア体操	小体育室	木	17:05-18:05	750	小学校1～3年生	100	35	237
ジュニアバドミントン	小体育室	木	18:05-20:05	730	小・中学生	160	32	413
インドアテニス A	小体育室	月	9:10-11:50	1,980	16歳以上	288	31	227
インドアテニス B	小体育室	火	9:30-14:10	1,980	16歳以上	432	32	596
エヴェッサチアダンス キッズクラス	多目的室	金	18:00-19:00	1,550	4歳～小学3年生	300	36	594
エヴェッサチアダンス ジュニアクラス	多目的室	金	19:10-20:10	1,550	小学4年～ 中学生	240	36	520
エヴェッサバスケットボール Aクラス	小体育室	火	17:20-18:20	1,300	小学校低学年	240	35	596
エヴェッサバスケットボール Bクラス	小体育室	火	18:25-19:25	1,300	小学4年～ 中学生	240	35	535
ラージボール卓球	小体育室	月	15:00-16:30	650	50歳以上	160	27	292
太極拳	武道室	月	15:20-16:50	750	16歳以上	140	37	160
ヨガA	武道室	月	10:00-11:30	750	16歳以上	200	37	729
ヨガB	武道室	木	10:00-11:30	750	16歳以上	200	37	827
パワーヨガA	武道室	火	9:30-10:30	750	16歳以上	140	37	225
パワーヨガB	小体育室	火	19:40-20:40	750	16歳以上	140	33	301
すっきりシェイプ	第2フィットネスルーム	月	13:00-14:00	700	16歳以上	120	31	286
ゆったり体操	第2フィットネスルーム	火	9:30-10:30	700	16歳以上	120	32	300
ゆっくりストレッチ	第2フィットネスルーム	木	9:30-10:30	700	16歳以上	120	32	304
運動不足さよなら	第2フィットネスルーム	木	11:00-12:00	700	16歳以上	120	32	302
お肉サヨナラ健康体操	第2フィットネスルーム	木	19:30-20:30	700	16歳以上	120	31	229
のびのび体操	第2フィットネスルーム	金	9:30-10:30	700	16歳以上	120	34	277
かんたんエアロビクス	第2フィットネスルーム	金	13:00-14:00	700	16歳以上	120	34	313
すっきりステップ	第2フィットネスルーム	金	19:30-20:30	700	16歳以上	120	33	214
元気体操	第2フィットネスルーム	土	11:00-12:00	700	16歳以上	120	33	306
脂肪さよなら	第2フィットネスルーム	土	13:00-14:00	700	16歳以上	120	33	311
フィットネスルーム利用講習会	第1フィットネスルーム	水土日	13:30-14:30,18:00-19:00	250～1000	16歳以上	360	61	195
ヘルシーアップ講習会	第2フィットネスルーム	土	14:30-15:30	1,800	16歳以上	60	6	21
コードパス	小体育室	土	17:30-19:30	1,700	小学校高学年～中学生	300	12	35
ノルディックウォーキング(雨天中止)	野外	金	10:00-12:00	500	16歳以上	無	無	16

R4年度 自主事業の内容

教室・イベント名称	場所	曜日	時間	単価	対象	年間定員	実施日数	参加人数
親子体操	小体育室	金	10:00-10:50	880	H30/4/2生まれ～R1(H31)/12/31生まれ	88	30	84
幼児体操 年少A	小体育室	金	10:00-10:50	750	H30/4/2生まれ～R1(H31)/4/1生まれ	100	30	21
幼児体操 年少B	小体育室	金	11:00-12:00	750	H29/4/2生まれ～H30/4/1生まれ	100	30	87
幼児体操 年長	小体育室	金	14:45-15:45	750	H27/4/2生まれ～H29/4/1生まれ	108	30	234
らくらく体操教室A	武道室	月	15:50-16:50	650	60歳以上	140	43	844
らくらく体操教室B	武道室	月	12:40-13:50	650	60歳以上	140	43	422
らくらく体操教室C	武道室	木	14:00-15:10	650	50歳以上	140	44	693
らくらく体操教室D	武道室	木	13:10-14:20	650	50歳以上	140	44	854
健康体操教室	武道室	火	14:30-15:40	750	50歳以上	140	45	647
リフレッシュ体操教室	武道室	金	9:20-10:30	750	16歳以上	140	45	495
シルバー体操教室	武道室	金	10:40-11:50	750	65歳以上	140	45	509
ジュニア体操	小体育室	木	17:05-18:05	750	小学校1～3年生	100	31	271
ジュニアバドミントン	大体育室	木	18:05-20:05	730	小・中学生	160	31	532
インドアテニス A	大体育室	月	9:10-11:50	1,980	16歳以上	288	35	308
インドアテニス B	小体育室	火	9:30-14:10	1,980	16歳以上	432	29	434
エヴェッサチアダンスキッズクラス	多目的室	金	18:00-19:00	1,550	4歳～小学3年生	300	45	726
エヴェッサチアダンスジュニアクラス	多目的室	金	19:10-20:10	1,550	小学4年～ 中学生	240	45	662
エヴェッサバスケットボール Aクラス	小体育室	火	17:20-18:20	1,300	小学校低学年	240	35	620
エヴェッサバスケットボール Bクラス	小体育室	火	18:25-19:25	1,300	小学4年～ 中学生	240	35	509
ラージボール卓球	小体育室	月	15:00-16:30	700	50歳以上	160	34	203
太極拳	武道室	月	15:20-16:50	750	16歳以上	140	44	260
ヨガA	武道室	月	10:00-11:30	750	16歳以上	200	44	892
ヨガB	武道室	木	10:00-11:30	750	16歳以上	200	44	943
パワーヨガA	武道室	火	9:30-10:30	750	16歳以上	140	45	366
パワーヨガB	小体育室	火	19:40-20:40	750	16歳以上	140	33	365
すっきりシェイプ	第2フィットネスルーム	月	13:00-14:00	700	16歳以上	120	0	260
ゆったり体操	第2フィットネスルーム	火	9:30-10:30	700	16歳以上	120	0	263
ゆっくりストレッチ	第2フィットネスルーム	木	9:30-10:30	700	16歳以上	120	30	264
運動不足さよなら	第2フィットネスルーム	木	11:00-12:00	700	16歳以上	120	28	276
お肉サヨナラ健康体操	第2フィットネスルーム	木	19:30-20:30	700	16歳以上	120	30	109
のびのび体操	第2フィットネスルーム	金	9:30-10:30	700	16歳以上	120	30	253
かんたんエアロビクス	第2フィットネスルーム	金	13:00-14:00	700	16歳以上	120	30	274
すっきりステップ	第2フィットネスルーム	金	19:30-20:30	700	16歳以上	120	30	171
元気体操	第2フィットネスルーム	土	11:00-12:00	700	16歳以上	120	30	262
脂肪さよなら	第2フィットネスルーム	土	13:00-14:00	700	16歳以上	120	30	273
フィットネスルーム利用講習会	第1フィットネスルーム	水土日	13:30-14:30,18:00-19:00	250～1000	16歳以上	360	58	195
ヘルシーアップ講習会	第2フィットネスルーム	土	14:15-15:15	1,800	16歳以上	60	2カ月1回	21
コードパス	小体育室	土	17:30-19:30	1,700	小学校高学年～中学生	300	月1回	35
カムバックバスケットボール	小体育室	不定期	18:30-20:30	1,500	18歳以上59歳以下	60	3	47
走り方教室	小体育室	不定期	13:00-15:15	500	小学1・2年生	30	1	19
ノルディックウォーク	野外	不定期	10:00-12:00	500	50歳以上	32	4	58