

会員登録更新のお願い = 更新期間:4/1(金)~5/31(火) =

*今年度も登録更新期間が近づきました。

*同封の「更新用紙」に必要事項をご記入の上、年会費と一緒に各部門の活動場所か、事務局までお持ちください。

*更新されない場合は、会則に従い会員証の返却などの手続きがございますので、スタッフにお尋ねください。

会員	年会費
サークル会員 (こども)※1	2,000円 【ファミリー割引】有り※2
サークル会員 (おとな)※1	3,000円 【ファミリー割引】有り※2
スタッフ会員	3,000円

※1 こども→中学生以下、おとな→高校生以上
※2 ファミリー割引→同世帯内のご家族(子・兄弟・親・配偶者)であれば、2人目以降より年会費が500円引きになります☆

☆スポネット弘前会員特典情報☆

◎ナカジマスポーツにて、会員カード提示で10%OFF!
◎学生ショップマルヨシにて、会員カード提示で10%OFF!

▼ご注意▼

4月以降の活動について…

震災への対応(節電等)により、4月以降も活動が不安定的になることも予想されます。スポネットでも迅速な対応・連絡を行っていくよう努力いたします。

また、活動の有無の確認は、ホームページやブログなどもご活用いただけますよう、よろしくお願い申し上げます。

ホームページ

www.sponet-h.com/
ブログ

blog.livedoor.jp/sponet_hirosaki/



スタッフ会員登録
お待ちしております!

『スポーツでつくる元気なまち』を合言葉に、いっしょに活動しませんか!

自分がスポネットで活動しているのは、つくる活動がとても楽しいからです。それがイベントであっても、組織であっても、チラシ1枚であっても、同じです。自分ができないことを誰かが気持ちよくやってくれたり、誰かのために自分がやったり、お礼を言われたり、とても楽しいです。運動は得意でないものもありますが、お菓子を食べながら会議したり、イベントの後に打ち上げに行ったり、大好きな時間がたくさんあります。記:スタッフ会員蘭子



スタッフ会員紹介 part.16

No.113 佐藤 祐貴 (さとう ゆうき)

おぼんです!! 高校1年からスポネットに携わり5年目を迎えました! ここまでやって来られたのも、会員はじめスタッフ、いや弘前市民みなさんのおかげです!! 感謝感謝です!! 震災に負けず今後ともスポネットを、さゆーをよろしくお願いします。そして、感謝を忘れず、皆様の健康を祈って日々の生活に動んでいきたいと思ひます。



No.331 佐々木 あずさ (ささき あずさ)

はじめまして。ながら、さようなら。になってしまいました! 広報にちゃっかりいた佐々木です。大学卒業とともに千葉県に就職するので弘前を離れます…。千葉でもスポーツしたいと思っています。健康第一で! スポネットの更なる発展に期待しています!



NEXT
スポネット!

次号はちみつれもんが出るまでのスポネットのスケジュールです!(変更になることが多々ございます。詳細に関しては、メール配信や広告でご確認下さい。)

4/1(金) 更新期間 (更新の方は入会金無料)

4/3(日) ランニングクラブ説明会

4/29(金) 花見ランニング 春のお花見交流会

5月上旬 ランニング講習会

5月中旬 キッズ スポーツフェスティバル

5/31(火) 更新期間終了

(6月以降は新規入会扱いになり、入会金がかかります!)

6月中 バドスマ交流試合

6月上旬 平成23年度通常総会

6/15(水) はちみつれもんLv.20 発行



スポーツ振興し助成金を受けて作成しています。

次号の予告

はちみつれもん LEVEL20 発行予定日:6月15日

一言:20に到達!どこか…強くなるなげや…魔法覚えたり…

編集後記

理事長誕生日(3/9)発行を逃してしまいました…!!なんたること…理事長誕生日おめでとうでございます。ということで22年度も残すところあとわずかです。たくさんの方があつた年でした。23年度はもっともっと元気なスポネット弘前をお届けしたいと、現在いろいろなことを考えています。「スポーツでつくる元気なまち」新幹線も整ったこの年から、更なる加速がありますように…!(記:スタッフ会員蘭子)

【発行元】

総合型地域スポーツクラブ NPO法人 スポネット弘前 広報委員会 〒036-8182 弘前市土手町178-5 スポネット弘前事務所 TEL:0172-32-6523 FAX:0172-88-6239

はちみつれもん

2011年 3月31日 発行

スポネット弘前会員の皆様へ

今回の大震災は、会員の皆様はもちろんのこと、全国の多くの方々にとって、生涯忘れることのできない悲惨な事態を生み、今もその爪痕を残している状況です。

ここ弘前市に在住の会員の皆様におかれましては、日々、平常時の生活に近づきつつあることと思いますが、未だに被災地の御家族や御友人との連絡がつかない方、被害や後遺症にお悩みの方がおられることを考えますと申す言葉もありません。

会員の皆様に理事長として申し上げたいことは、一日も早く、人心落ち着かれますことを心よりお祈り申し上げますとともに、スポネット弘前としてのスポーツ活動が再開され、スポーツを通じて人と人との触れ合いや仲間同士の絆が一層深まり、「元気な街、弘前」を早く取り戻していただくことを願ってやまないということです。

そのためには、微力ながら私もできる限りの力を注ぐ所存でございます。末筆ながら皆様、御自愛の程お祈りいたします。

以上 NPO法人 総合型地域スポーツクラブ スポネット弘前 理事長 清水 紀人



新春ボウリング

新年会のようす

今年で4回目を迎えました「新春ボウリング&新年会」の様子です。当日は部門の枠を超え、30人以上の会員が集まり終始なごやかに、楽しく過ごすことができました。ご参加くださったみなさん、本当にありがとうございます。

ボウリング会場の土手町アサヒ会館では、スタッフの自己紹介があったり、新しいスポネットグッズの紹介&販売がありました。ストライクを出すと、景品のコーラがもらえる、「ストライクチャレンジ」タイムでは、たくさんのコーラを獲得する凄腕ボウラーも活躍し、大いに会場をわかせてくれました。今回は例年と違い、ペアを組んでのボウリングでしたが、いかがでしたでしょうか?

新年会におきましては、大学生スタッフ会員が中心になり、いろいろな企画を考えてくれていました。みなさんも楽しんでいただけた様子で、心から嬉しく思います。下記はボウリング大会入賞者のみなさんです。おめでとうございます!(記:スタッフ会員長谷川輝)

【大人の部】

梯子さん・光彦さんペア
優さん・太一さんペア
健一さん・真歩さんペア

【子どもの部】

正太郎くん・誠吾くんペア
玲子ちゃん・かおりさんペア
りんくん・かなりさんペア

TOPICS
ラインナップ

トップニュース
新春イベント報告 ……表紙

突撃!!隣の部門さん!
「ウルトラ☆キッズアスリート」部門 ……P2

年度替わりの大イベント
「総会」…ってなんだ? ……P3

お知らせページ
更新期間のお知らせ、スタッフ紹介 他 ……P4

【毎回1部門にはちれも編集部が体験・取材に行き、特集紹介をします!】

突撃!!
とないの部門さん!
~vol.10~

活動の流れ

19:00~
受付、始めの挨拶



19:10~
アップ・準備体操



19:25~
ドリル(基本動作)



19:40~
ごおひおに、けいどろ



19:55~
スダイトダッシュ



20:05~
とまる練習



20:15~
4方向リレー・体育館一周リレー



20:25~
掃除・後片付け

20:30
ダウン、終わりの挨拶

ウルトラ☆キッズアスリート



「走る」、[跳ぶ]、[投げる]の動作を基本にしたレクリエーションゲームから、ちょっと専門的なトレーニングまで行い、あらゆるスポーツ運動に適應できる身体能力を身に付けます!

最初はなれない動きでも、できるようになる楽しさとともに軽やかな動きが身につくよ!

私木村は初めてキッズアスリートに顔を出したのですが、男女分けて隔てなく、みんな楽しくやっていた印象を受けました。驚いたことは、「股関節ドリル」を取り入れていたこと。股関節ドリルというの、中学校、高校でも速くは、中学校、高校でも足が速くなるうえでの基礎的なものが入る。これを小学生が取り入れて、こおひおに、手つなぎおに、しっぽとりなど楽しそうにワイワイやっています。練習は、なるとシンドイ集中力が高いか、やる場面、休憩中も力を使っている様子を見られました。元気が入って正解だった。いろいろな声もあって、充実している様子です。無料なので、最初の一歩は無料なので、福村小学校まで足を運んでみるか? (記: インタビュー木村)

ウルトラ☆キッズアスリート 基本情報
開催日: 毎週水曜日 19:00~20:30
会場: 弘前市立福村小学校 体育館 月謝: 月1,000円



総合型地域スポーツクラブNPO法人スポネット弘前サポーター会員様

清次郎 弘前東栄ホテル
青森県弘前市上野町100 電話 0172-33-5111
http://www5.ocn.ne.jp/~tei-hof/

ご関心のある皆様はぜひお越しください!



スポネットでは新年度には大きなイベントとして「総会」があります。

総会



特定非営利活動法人
スポネット弘前
ていかん
定款

- 抜粋
第5章 総会
第18条 総会は、次の事項について議決する。
(1) 定款の変更
(2) 解散
(3) 合併
(4) 事業計画及び収支予算並びにその変更
(5) 事業報告及び収支決算
(6) 役員を選任または解任、職務及び報酬
(7) 会費の額
(8) 借入金その他新たな義務の負担及び権利の放棄
(9) その他運営に関する重要事項

第22条 総会は、スタッフ会員総数の3分の1以上の出席がなければ開会することができない。

第23条
2 総会の議事は、この定款に規定するもののほか、出席したスタッフの過半数を持って決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

第24条 各スタッフ会員の表決権は、平等なるものとする。
2 やむを得ない理由のため総会に出席できないスタッフ会員は、あらかじめ通知された事項について書面をもって表決し、又は他のスタッフ会員を代理人として表決を委任することができる。

総会っていろんなことを決めるのね



通常時の一番のメインは、お金と事業についてのこと。

前年度の決算と事業の報告におかしなところがないか確認し、今年度の予算と計画を採決します。

スポネットの総会ではスタッフ会員全員の出席が求められます。3分の1以上の出席がないと、総会は開けません。

スポネットの1年の動きが決定するところなんだな。



不明な点、おかしな点はこれ以前やこの場で解決されないといけません。

総会の資料は事務所で見る事ができます。スポネットの1年のお金や人の動きがすべてのっています。

- 平成23年度の総会次第(案)
- 1、開会
 - 2、理事長挨拶
 - 3、議長選出
 - 4、議事録署名人の選出
 - 5、定足数の確認
 - 6、議事
 - I) 22年度事業報告
 - II) 22年度収支決算報告・監査報告
 - III) 23年度事業計画(案)
 - IV) 23年度予算(案)
 - V) その他
 - 7、その他・連絡事項
 - 8、閉会

特定非営利活動戦隊!! スポレンジャーがやってくる



着膨れ。ウォームビズで節電に貢献。