

# 総合型地域スポーツクラブ

地元で楽しむなら

総合型地域スポーツクラブは、地域の人たちが自ら運営し、身近な地域で、子どもから高齢者まで幅広い年代の人たちが、さまざまな種目のスポーツを、初心者からトップレベルまで、それぞれのレベルで親しむことができるスポーツクラブです。

市内には12の総合型地域スポーツクラブがあり、スポーツを通じて、地域内の交流促進や、地域の活性化を図る取り組みなど、それぞれ特色ある活動を行っています。

教えて！佐久間さん！



スポーツ推進課  
佐久間 生涯スポーツ指導員

身近な地域でスポーツを楽しむのが「総合型地域スポーツクラブ」です

## 市内の総合型地域スポーツクラブ

TMTクラブきたすわ	上千原529-3 (北諏訪地区公民館内)	025-544-2427
総合型地域スポーツクラブ高土地区体育協会	飯田11-2 (高土地区公民館内)	025-528-4001
NPO法人ユートピアくびきスポーツクラブ	頸城区百間町691-5 (頸城B&G海洋センター内)	025-530-2381
いたくらスポーツクラブ	板倉区針986	0255-78-2325
NPO法人うらがわらスポーツクラブ	浦川原区六日町150 (浦川原体育館内)	025-599-3950
やすづかスポーツクラブ	安塚区和田559 (安塚B&G海洋センター内)	025-592-3210
NPO法人さんわスポーツクラブ	三和区島倉2382-3 (三和スポーツセンター内)	025-529-2711
かきざきスポーツクラブ	柿崎区法音寺730-1 (かきざきドーム内)	025-536-6636
津有北部地区スポーツクラブ	平成町533-1 (津有地区公民館内)	025-524-8948
NPO法人おおがたスポーツクラブ	大潟区岩野古新田657-1 (大潟体育センター内)	025-534-6270
総合型地域スポーツクラブ名立体育協会	名立区名立大町365-1 (名立まちづくり協議会内)	025-537-2182
さとまるスポーツクラブ	中郷区藤沢986-1 (中郷区まちづくり振興会内)	0255-74-2455

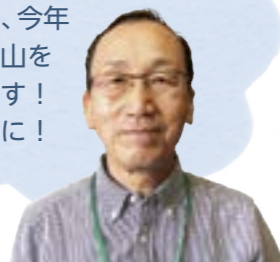
区外からも大勢の皆さんが参加しています！ぜひ一緒に楽しみましょう！

## NPO法人 おおがたスポーツクラブ

- ・シニア卓球教室
- ・トランポピクス教室
- ・グラウンドゴルフ教室
- ・ヒップホップダンス教室 など



各種大会や教室はもちろん、今年には米山登山を実施します！お楽しみに！



黒崎 忠夫さん

## NPO法人 さんわスポーツクラブ

- ・ちびっこバレエ教室、Jr.バレエ教室
- ・巨人戦観戦ツアー、ふれあいテニス大会 など



12年間続いているバレエ教室や親子で楽しめるイベントがおすすめです！



松井 和代さん



# Enjoy! × Sports!

特集 体を動かそう！スポーツを楽しもう！



子どもから高齢者の方まで  
上越市にはスポーツを楽しめる場がたくさんあります

長引くコロナ禍で、近頃運動不足になっていませんか。スポーツは、健康の増進、体力の向上、心のリフレッシュなど、私たちの心と体にさまざまな良い効果をもたらしてくれます。

上越市には、身近な地域で開催され、気軽に参加できるスポーツ講座やイベントをはじめ、仲間と一緒に真剣に打ち込める多種多様な競技団体、

雨の日でも、屋内で快適にランニングやトレーニングが楽しめる公共施設など、TPOに応じてスポーツを楽しめる環境があちこちに整っています。

「運動は苦手だな」という人も、簡単なものからチャレンジしてみませんか。さあ、体を動かしましょう！