

NPO法人 虹 入会申込書

NPO法人 虹 理事長 様

申込日 令和 年 月 日

私は、NPO法人虹の目的及び事業内容に賛同し活動することを誓い本人及び保護者の責任において承諾し、
下記のとおり申込みいたします。
また、この法人での活動で知り得た個人情報を漏洩しないことを誓約いたします。

1 人 目	ふりがな		男	生年月日	S・H・R	年	月	日
	氏 名		女					
2 人 目	ふりがな		男	生年月日	S・H・R	年	月	日
	氏 名		女					
住 所		〒			学 校 名			
保護者氏名		ふりがな			TEL			
E-Mail		@ 希望するメールアドレスを正確にご記入ください。						
備 考		※アレルギー、既往症等ございましたらご記入ください。						

2023年度 NPO法人 虹 主催教室一覧 （希望する教室番号に○をつけてください。複数可）

※陸上教室（小学生）以外、別途、スポーツ安全保険代が必要となります。（大人は任意）
小・中学生：800円 高校生・大人（64歳以下）：1,850円 （65歳以上）：1,200円
※各教室1回～2回程度の体験が可能です。詳しくはお問い合わせ先までご連絡ください。

番号	教 室
1	陸上教室：体力向上コース（週1回）
2	陸上教室：体力向上コース（週2回）
3	陸上教室：競技力向上コース（週1回）
4	陸上教室：競技力向上コース（週2回）
5	陸上教室：中学生・高校生
6	ジュニア強化練習会
7	2023トップアスリートチャレンジin杵築市 
8	きっずサウルス 
9	キッズアカデミー
10	大人のためのランニング教室
11	スローモーションウォーキング：小学生・中学生（月1回）
12	スローモーションウォーキング：小学生・中学生（月2回）
13	スローモーションウォーキング：高校生・一般（月1回）
14	スローモーションウォーキング：高校生・一般（月2回）

番号	教 室
15	2023スポーツ栄養マネジメント 
16	新体操教室：幼児（週1回）
17	新体操教室：幼児（週2回）
18	新体操教室：小学生以上（週1回）
19	新体操教室：小学生以上（週2回）
20	新体操教室：小学生以上（週3回以上）
21	ダンス教室
22	アーチェリー教室 
23	合気道教室：小学生・中学生 
24	合気道教室：高校生・一般 
25	書道教室（月1回）
26	書道教室（月2回）

※それぞれの教室ごとに参加費が違いますので、教室詳細をご確認ください。
※有効期限内に退会の申し出がない場合は、自動的に継続されます。
※個人情報保護条例に基づき、クラブ運営及び会員管理以外の目的には一切使用いたしません。

【お申し込み先】
杵築教育委員会 文化・スポーツ振興課（杵築市文化体育館内）
住所：〒873-0014 杵築市大字本庄2005番地
電話：0978-63-5558 FAX：0978-63-5559
【活動内容についての問い合わせ先】
NPO法人 虹の活動全般 TEL：090-8839-6717（岩尾）
各教室の活動：各教室の問合せ先までご連絡ください。

クラブ記入欄		
受付日	入会確認印	登録者印



【お問い合わせ】
NPO法人 虹 TEL：090-8839-6717（岩尾）
NPO法人 虹 公式HP
<https://nijisport-kitsuki.com> 

杵築市総合型地域スポーツクラブ

NPO法人 虹

当法人は、地域住民の皆様に対して、スポーツ・文化活動に親しむことができる環境を整え、地域の宝である子どもたちの生涯スポーツへの基盤形成や心身の健康の保持増進、それぞれの目的に合わせた継続的なスポーツ・文化活動の提供を行います。

これらの活動を通して、青少年の健全育成、地域住民相互の親睦、地域コミュニティの推進及び新しい地域社会の実現に寄与することを目的としています。

陸上教室

陸上クラブ

『きつきジュニアＡＣ』への加入となります

ジョギング、短距離走、走幅跳、リレー、中長距離走、駅伝など、年間を通して、さまざまな走りに取り組みます。日本スポーツ協会公認陸上競技コーチ及び短距離・中距離・長距離それぞれ専門の指導者が各種トレーニングを行い陸上の競技力向上をめざします。また、プレイヤーズセンタードを掲げ、選手はもちろん、選手を支えてきたたくさんの人たちも喜びや笑顔、幸せを感じられるような環境づくりをめざします。

対 象 者	小学1年生～6年生、中学生、高校生
期間・日程	毎週水曜・金曜日 ※月に2～4回、不定期で強化練習あり
コ ー ス	① 体力向上（通常）コース 学年ごとにそれぞれの年代に必要なトレーニングを実施します。 ② 競技力向上（競技）コース 1年生以上希望選手対象。競技力向上を目的としたトレーニングを実施します。 ※ユニフォーム購入必須
時 間	水曜日：17時30分～19時00分 金曜日：18時00分～19時30分 強化練習日（不定期）：17時30分～19時15分
会 場	水曜日：杵築市営総合運動場 金曜日：杵築市営山香グラウンド 強化練習日（不定期）：杵築市営総合運動場 ※天候等の都合により練習場所の変更あり
参 加 費	【小学生】 週 1 回（水曜日または金曜日） 月 2,000 円（スポーツ安全保険代込） ※兄弟姉妹部員については、2人目 1,500円、3人目から 1,000円 週 2 回（水曜日・金曜日） 月 2,300 円（スポーツ安全保険代込） ※兄弟姉妹部員については、2人目 1,700円、3人目から 1,000円 【中学生、高校生】 年会費 3,000 円 練習 1 回につき 100 円 ※室内練習場使用時は別途 110 円 ※別途、スポーツ安全保険代 問 合 せ 先 岩尾 雅弘（090－8839－6717）



New

杵築市から世界への1歩がはじまる!!

【杵築市連携事業】

2023トップアスリートチャレンジin杵築市

それぞれの選手が持っている力を引き出す事を目的として、医学的・科学的見地から多面的に捉える為のメディカルチェックを実施し、データのフィードバック、トレーニング指導を実施します。メディカルチェックを通して、

- ① 選手個人の身体特性の数値化・可視化
- ② スポーツ障害・外傷リスクの確認（ケガにつながる要因の明確化）
- ③ 弱点・強化ポイントを明確化

していき、各問題点に対しての対処方法・トレーニング方法をお伝えします。定期的なメディカルチェック（身体機能チェック）、段階的な指導を実施し、トレーニング効果の判定を行う事でケガをしない体づくり、競技力向上を同時に達成する事が出来ます。自分の身体能力を把握して、2023年トップアスリートへのチャレンジをはじめよう！

対 象 者	杵築市内中学生（杵築市外の中学生でも虹会員は参加可能）
期間・日程	毎月1回（第2水曜日）※会場等の都合により変更の場合あり
時 間	18時00分～19時30分
会 場	杵築市文化体育館
参 加 費	月 2,000 円 × 6ヶ月 = 12,000 円 × 2 回 ※半期（6ヶ月 = 4月・10月払い）又は年間先払い 24,000 円 ※別途、スポーツ安全保険代
定 員	20 名
講 師	理学療法士 中村 妃与子（ViPR ライセンス認定インストラクター）
問 合 せ 先	岩尾 雅弘（090－8839－6717）

New B&G海洋センターがジュラシックパークに!?

きっずサウルス

幼児の「遊び」は学びの基礎となる好奇心・探求心を育み、他者と関わることによってコミュニケーションを体得します。この「遊び」を楽しみながら、頭を使い、体を動かし、他者との関わり、さまざまなことを遊びのなかで吸収しながら学ぶことを目的とした自由な遊び場「きっずサウルス」はじまります。ぜひ、お子さんと一緒にご参加ください。

対 象 者	0歳～4歳 【～令和2（2020）年4月1日生】
期間・日程	毎月第 2 水曜日（月1回） ※8月、9月は熱中症予防のため実施しません ※会場の都合により変更の場合あり
時 間	13時00分 ～ 17時00分
会 場	杵築市B&G海洋センター
参 加 費	年会費 1,000 円（スポーツ安全保険代込）
内 容	ボールプール など
問 合 せ 先	岩尾 雅弘（090－8839－6717）

キッズアカデミー

【杵築市連携事業】

日本スポーツ協会公認陸上競技コーチやジュニアスポーツ指導員、各種目専門の指導者が年間を通して様々なスポーツ種目の指導を行い、わくわく、どきどき、ハラハラする体験を行います。

対 象 者	5歳～6歳（小学生未満） 【平成29年4月2日生～平成31年4月1日生】
期間・日程	隔週水曜日【月2回】
時 間	18時00分～19時00分
会 場	杵築市B&G海洋センター 他
参 加 費	月 1,000 円 ※別途、スポーツ安全保険代
定 員	20 名
問 合 せ 先	岩尾 雅弘（090－8839－6717）

ジュニア強化練習会

日本スポーツ協会公認陸上競技コーチ（JAAF公認ジュニアコーチ）や元実業団で活躍した指導者が、陸上競技の裾野の拡大と育成の土壌を育みながら、陸上の競技力向上を目的とした練習を行います。

対 象 者	小学5・6年生、中学生
期間・日程	月 1 回：土曜日
時 間	9時00分～12時00分
会 場	杵築市営総合運動場
参 加 費	1回 200 円 または 年間先払い 1,000 円
問 合 せ 先	岩尾 雅弘（090－8839－6717）

大人のためのランニング教室

体力づくりに取り組みたい方、マラソン大会等への参加を目指したい方、それぞれの目標に応じて教室を開催します。運動のきっかけづくりや運動の習慣化に活かしてもらえよう、参加者の皆さんと作り上げていきます。

対 象 者	一般
期間・日程	月 1 回～（要相談） ※ご希望に合わせた日程で練習を行います
時 間	1 時間程度
会 場	要相談 ※ご希望の会場で練習を行います
参 加 費	1回 500 円 ※別途、スポーツ安全保険代
問 合 せ 先	近藤 里咲（080－6435－5116）

New スポーツ栄養士があなたの専属栄養士に!!

2023スポーツ栄養マネジメント

スポーツ医科学の専門的知見から、競技活動やトレーニング、コンディショニングに必要な栄養摂取、健康管理の知識の提供や、栄養バランスの取れた献立の提案等を行うことで、スポーツ医科学の理論に基づいた栄養学的側面から選手の栄養管理を強化し、パフォーマンス向上を図ること、並びに、年間（シーズン）を通してベストパフォーマンスが発揮できるようにスポーツ活動をサポートします。NPO法人虹専属のスポーツ栄養士が競技力の向上やスポーツ障害予防、未病改善及びトップアスリートの育成につなげることを目的として開催します。

アセスメント・栄養相談方法	
①選手（保護者）による毎日の食事コンディション等の入力	②食傾向・体重変動について管理栄養士がコメント（1回/週程度）
③②を繰り返すことで、個々の生活スタイルに合わせた理想的な食習慣・自己管理能力を身につける	
対 象 者	小学4年生以上～、中学生、高校生
方 法	アプリを使用した毎日の食事記録を元にスポーツ栄養士がコメントや評価を行い、栄養相談ができる（週1回程度）
期 間	令和5年4月1日～令和6年3月31日
会 場	基本的にSNS（アプリ）での相談となります
参 加 費	月 1,800 円 × 6ヶ月 = 10,800 円 × 2 回 ※半期（6ヶ月 = 4月・10月払い）又は年間先払い 21,600 円 ※NPO法人虹会員以外の方は、別途、登録料 2,000 円（初回のみ）
定 員	30 名
講 師	日本スポーツ協会公認スポーツ栄養士 吉良 明代
問 合 せ 先	岩尾 雅弘（090－8839－6717）

新体操教室

新体操クラブ

『Beste RG』への加入となります

バランス感覚や柔軟性、反射神経、俊敏性、持久力の育成を行います。体の柔軟性を高めることにより、怪我に強い体の育成をめざしながら、情操教育（感情や創造性といったものを育て、それぞれの個性を伸ばすこと）にもつなげていきます。新体操ならではの「リボン」「フープ」にも挑戦!! 身体を動かすことの楽しさを伝えます!!

曜 日	会 場	時 間	
		幼 児	小 学 生 以 上
月	別府北部地区公民館	17時00分～18時00分	17時00分～19時00分
火	大分南部公民館		17時00分～19時00分
木	別府北部地区公民館		17時00分～19時00分
金	杵築市文化体育館	17時00分～18時00分	18時00分～20時00分
土	別府北部地区公民館	17時30分～18時30分	17時30分～19時30分
日	杵築市立山香小学校体育館	11時00分～12時00分	11時00分～13時00分

対 象 者	3歳～6歳（小学生未満【平成29年4月2日生～令和2年4月1日生】） 小学1年生～6年生、中学生、高校生
参 加 費	幼 児：週 1 回 3,000 円、週 2 回 3,500 円 小学生：週 1 回 3,500 円、週 2 回 4,500 円 週 3 回以上 5,500 円 ※別途、スポーツ安全保険代
講 師	堤 沙織
問 合 せ 先	堤 沙織（090－5759－1364）

ダンス教室

ダンスを通じて健全な身体と心の育成をめざします。どのスポーツにも共通するリズム感の育成を行い、情振性・協調性・忍耐力を養います。日本女子体育大学で舞踊学を学んだ指導者によるレッスン♪

対 象 者	小学1年生～6年生 ※兄弟姉妹のみ幼児（5・6歳）可
期間・日程	毎月第4日曜日【月1回】 ※会場の都合により、日程、時間に変更の場合あり
時 間	17時00分～18時30分
会 場	杵築市文化体育館
参 加 費	1回 500 円 ※別途、スポーツ安全保険代
定 員	25 名
講 師	首藤 貴子
問 合 せ 先	岩尾 雅弘（090－8839－6717）

スローモーションウォーキング

「正しく歩くことで、身体は良い方向へ改善していく」という考え方のもと、実践・開発してきた歩行法です。健康のために、何かを始める前に、スローモーションウォーキングで体幹を鍛えて姿勢改善や怪我のしにくい身体づくりをめざします。

対 象 者	小学1年生～6年生、中学生、高校生、一般
期間・日程	小学生・中学生：毎月第 1・3 水曜日（月2回） 高校生・一 般：毎月第 2・4 水曜日（月2回）
時 間	18時00分～19時00分
会 場	杵築市文化体育館2階エレベーターホール
参 加 費	月1回 1,300 円、月2回 2,000 円 ※別途、スポーツ安全保険代
定 員	各 20 名
講 師	（一社）自律矯正歩行協会インストラクター 永松 可奈子
問 合 せ 先	永松 可奈子（090－7986－2011）

New 誰でも気軽に初められる!!可能性は無限大!!

アーチェリー教室

日本スポーツ協会公認アーチェリーコーチがアーチェリー人口の普及とジュニア育成を目的として開催します。

対 象 者	小学生以上
期間・日程	毎週月曜日
時 間	月曜日：17時00分～19時00分 不定期（土・日・祝日）：15時00分～17時00分
会 場	杵築市弓道場奥のアーチェリー場
参 加 費	月 3,000 円 ※別途、スポーツ安全保険代
定 員	10 名
講 師	日本スポーツ協会公認アーチェリーコーチ （佐藤 伸吾、村岡 薫、吉田 真也、田中 枝里、甲斐 文梨、前川 明日香）
問 合 せ 先	佐藤 伸吾（090－3017－9164）

New 稽古を通じて自分を高める!!

合気道教室 『合気道杵築サークル』への加入となります

合気道は、相手の力に逆らうことなく、相手の力を利用して、相手を制する武道です。稽古を通じて、心身を鍛錬し自分を高めていくことを目的としているため、試合や競技はなく、勝敗を競うことはありません。合気道の効果は、護身術や怪我をしないための受け身の技術だけでなく、全身運動によるストレッチ効果やストレス発散、腹式呼吸による精神の安定等、心身の健康にも最適です。

対 象 者	小学1年生～6年生、中学生 高校生は一般道場生として加入
期間・日程	毎月第1・3水曜日【月2回】 19時00分～20時00分 ※一般部は20時00分～21時00分
時 間	
会 場	宗近中学校武道場
参 加 費	月 1,000 円 ※別途、スポーツ安全保険代、昇級昇段審査料
定 員	15 名
講 師	阿南 雅希
問 合 せ 先	阿南 雅希（090－9311－3527）

書道教室

硬筆毛筆の基礎をしっかりとおさえ、作品制作を行います。月1回から「書」を学んでみませんか？要望にそった取り組みも可能です。

対 象 者	年長【平成29年4月2日～平成30年4月1日生】 小学生、中学生
期間・日程	毎月第 1・3 土曜日【月2回】 ※会場の都合により日程変更の場合あり
時 間	9時30分～11時30分
会 場	山香中央公民館
参 加 費	月 2,000 円（1回 1,000 円） ※別途、スポーツ安全保険代
準 備 物	筆記用具、毛筆セット ※希望者には、紙や墨等の道具を実費にて準備します
定 員	20 名
講 師	岡嶋 恵芳、岡嶋 樹堂
問 合 せ 先	岡嶋 恵芳（090－2082－7806）