

## NPO法人 トライ

設立、会員数	平成18年10月、105人
実施種目	太極拳、ハイキング、いきいき教室、子どもレクリエーション
料金（保険料含む）	入会金：1000円、年会費：子ども1500円、大人3000円
連絡先	世知原町栗迎194-8、世知原地区生涯学習センター内クラブハウス ☎78-2266
MEMO	市町合併前に「せちばる文楽体」として子どもの居場所づくりや社会貢献活動など幅広く活動してきた実績を生かし、史跡めぐりや高齢者を対象とした交通安全指導教室の開催などユニークなイベントも企画。中でも自然散策や史跡めぐりを兼ねたウォーキングは年に数回開催され、「世知原地域の豊かな自然や史跡が満喫でき、健康にも良い」と評判。



**太極拳**  
 ゆったりと見えて、実は頭も体も使う全身運動。筋力が付いて姿勢も良くなり、足腰も丈夫に。大きな扇子を勢よく広げる動作は、ストレス解消にも効果がありそうです。教室の雰囲気は明るく、笑い声があふれてにぎやかです。



会員さん interview

「わたしの家は農業をしていて外出する時間があまりないので、週に1回の太極拳教室でみんなに会えるのがすごく楽しみ。若い人と一緒に活動できて、元気を分けてもらえる気がします。今の目標は、みんなと一緒に良い演舞ができるようになること。家に閉じこもっている高齢の人たちには『せっかくの人生、明るく健康に生きましよう』と言いたいです。人生いくつになっても挑戦しようという気持ちを持つことが大事だと思いますよ」 田中廣子さん（76歳）

ここもチェック!

### 石橋めぐりウォーキング



昨年11月に開催された「せちばる石橋めぐりウォーキング」。親子連れなど約30人が参加し、単一のアーチ式石橋としては県下最長の「倉淵橋」などを散策しました。

## NPO法人 ウィルドウ

設立、会員数	平成17年12月、510人
実施種目	ボウリング、バドミントン、グラウンド・ゴルフ、フラダンス、健康体操、ボールルーム・ダンス（社交ダンス）、弓道、ジュニアバレーボール、太極拳、児童英語教室、書道、フットサルU-7、アンチエイジング講座、サーキットフィットネス、フリー卓球、エアロビクス、ヨガ、レクリエーションダンス
料金（保険料含む）	年会費2000円。月会費は種目で異なる。
連絡先	戸尾町5-1、旧戸尾小学校内クラブハウス ☎25-9373 <a href="http://www.sasebowilldo.net/">http://www.sasebowilldo.net/</a>
MEMO	種目が多く、複数の種目を選択すると会費の割引あり。会員になると地元のスポーツ店や飲食店、薬局店でのお得なサービスあり。 ※日・月曜定休。



- ① **ボールルーム・ダンス**  
 教室の目標は「まず楽しむこと」。男性会員も募集中。
- ② **書道**  
 慶弔、封書書きなど日常生活に役立つ内容を習得。
- ③ **バドミントン**  
 基本から試合形式まで楽しく学べます。
- ④ **グラウンド・ゴルフ**  
 スポーツが苦手な人も楽しめます。
- ⑤ **フラダンス**  
 ハワイアン音楽に合わせて年齢・性別を問わず、楽しみながら踊りを習得。



会員さん interview

「ボールルーム・ダンスは、個人のレベルに合わせて講師が丁寧に指導してくれるので、初心者でも安心。始めてから姿勢が良くなり、年齢よりも若く見られます。今後もダンスを続け、足腰が丈夫で楽しい人生を過ごしたいです」  
 染矢美智子さん（75歳）写真中央・正面



「退職後、趣味の写真やビデオ制作をしていましたが、3年前に新聞の折り込みチラシでクラブを知り、運動もしなければと思いグラウンド・ゴルフを始めました。健康にも良いし仲間もできますので、もっと多くの方に入会していただきたいです」  
 林重徳さん（73歳）写真右

ここもチェック!

### トレーニングルームが充実



フィットネス器具を揃えたトレーニングルーム。月1700円で自由に使い、インストラクターの指導も受けられます。