

■この度

総合型地域スポーツクラブ全国協議会より



『健康倶楽部ごかしょう』が登録クラブとして認定されました。

長年に渡る堅実的活動が評価される



登録・認証制度とは何？



健康倶楽部ごかしょうは、今年で創立20周年です！

登録・認証制度

日本スポーツ協会が認定する団体として位置付けられ、社会的認知度の向上と信頼性を高める活動組織に対し、総合型地域スポーツクラブ全国協議会が定める基準をクリアした団体に認定される制度です。

わかりました！



健康倶楽部ごかしょう

健康倶楽部ごかしょうに関するイベント情報誌

保存版 **健幸だより**

健康倶楽部ごかしょう発行
各イベントのお申し込み、お問い合わせは
五個荘コミュニティセンター内健康倶楽部ごかしょう事務局迄
平日 9:30~16:00 土・日・祝を除く
TEL:0748-48-2737

情報ガイド 10月・11月

- **インボディ・骨密度測定会**
★あなたの身体のバランスは
どうですか……
データで確認しましょう
電話申込可
日時：令和6年10月11日（金）
場所：五個荘体育館
参加費：会員無料・一般500円
申込み：9月5日（木）～9月25日（水）
- **ときめき歴史ウォーク**
（コミセン共催事業）
★歴史と文化に触れながら
ウォーキングを楽しみましょう
窓口申込必要
日時：令和6年10月17日（木）時間未定
行き先：福井県 永平寺 バス利用
参加費：未定
申込み：9月18日（水）9:30～9月25日（水）
定員：30名 定員になり次第終了
- **あじさいスポーツフェスタ**
（地区スポーツ協会共催事業）
★体験教室
・椅子に座って誰でもできる体操
・スクエアステップ
申込み不要
日時：令和6年11月17日（日）
場所：五個荘体育館
参加費：無料



東京海上日動火災保険株式会社
東京海上日動あんしん生命保険株式会社 代理店

株式会社 総合滋賀

TEL 0120-74-3300
〒529-1443 東近江市五個荘北町屋町 45-5
総合滋賀 <https://www.sogoshiga.com/>

KIMURA
ATHLETE PARTNER
SINCE 1979

KIMURA SQUARE GARDEN

フットサルコート | バッティングセンター | 野球・サッカー・陸上スポーツ塾

建築設計施工
〈一級建築設計事務所〉

大庄工務店

三輪 高裕
〒529-1441
五個荘川並町 619
TEL 0748(48)2505

情報ガイド 12月・1月・3月

●ヘルシークッキング

(健康推進員五個荘支部共催事業)

★食に学ぶ健康のお話と
ヘルシー料理をいただきます

窓口申込必要

日時：令和6年12月2日(月) 9:45~13:00
場所：五個荘コミュニティセンター
参加費：会員 500円・一般 1,000円
定員：15名
申込み：11月5日(火)~11月20日(水)

●新春ボウリング大会

★さあ！ボウリングを楽しみ
仲間づくりしましょう

電話申込可

日時：令和7年1月18日(土) 10:00~
会場都合により変更あり
場所：エチボウル
参加費：会員：1,000円・一般 2,000円
申込み：12月9日(月)~1月10日(金)

●ときめき歴史ウォーク

(コミセン共催事業)

★歴史と文化に触れながら
ウォーキングを楽しみましょう

窓口申込必要

日時：令和7年3月14日(金)
行き先：岐阜城 千代保稲荷神社 バス利用
参加費：未定
申込み：2月19日(水) 9時30分~2月26日(水)
定員：30名 定員になり次第終了



医療法人社団
小串医院
内科・外科
小児科・放射線科

診察時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	/
16:00~19:00	●	●	●	●	●	●	/

※予約制です。
※受付時間は午前8:00~11:30 午後13:00~18:30
〒529-1431 東近江市五個荘山本町83
TEL.0748-48-2053
TEL.0748-48-4498

内科・循環器内科・小児科
ふるみち
古道医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
午後 4:00~7:00	○	○	○	/	○	/	/

東近江市宮荘町681-2
TEL(0748)48-6233

初心者歓迎

一日が楽しくなる「より所」

こんな種目でやっています!



健康倶楽部に
いらっしゃーい!

今日やることを
今日行く所は?
運動不足の解消は?



健康寿命を維持管理するため、年1回「身体バランス測定」及び
「骨密度測定」を実施し自己管理を奨めています。