



スポーツクリ



私たちはスポーツ振興くじ
助成を受けています。

「この指とまれ☆しなの」

〒389-1312上水内郡信濃町富濃1945-2 TEL/FAX.026-255-5298

URL <http://konoyubi-shinano.com> E-mail info@konoyubi-shinano.com

第5回「この指とまれ☆しなの」

オープンゴルフコンペ



- ★ 期 日 平成28年7月28日 木曜日
- ★ 日 程 受付 7:30~7:50 開会式 8:30 スタート 8:49
- ★ 会 場 妙高高原ゴルフ倶楽部 (TEL:0255-86-4812)
- ★ 募 集 人 数 8組(32名) ※申し込み多数の場合は「この指とまれ☆しなの」会員が優先されます
- ★ 対 象 誰でも(会員以外の方はクラブの趣旨にご賛同いただける方)
- ★ 表 彰 参加者全員に順位賞
- ★ 経 費 ①諸費用・・・1,000円 ※当日受付時に徴収
②プレー代・・・8,030円(ランチ、ワンドリンク、及び閉会式ドリンク含む)
- ★ 競 技 方 法 18ホールストロークプレー・ダブルペリア(新ペリア)方式
☆プレー進行上特別ルールを設けます
①バンカー内から2打で出ない場合は、バンカー外にプレーしプレー続行(+1)
②パー3で6打、パー4パー5で8打でグリーンオンしない場合は、グリーンエッジからプレー続行(+1)
③スルーザグリーン6インチプレーOK(約15cm)
④グリーン上は概ねワングリップOK(同伴者の判断)
☆その他はJGA規則及びローカルルールに従ってください
☆同ネットの場合 グロス→HDGP→年齢
☆使用ティー 男性 白マーク(60歳以上の方 緑マーク使用可)女性 赤マーク
- ★ 申 し 込 み 下記申込書にて申し込む(個人、組申し込み可能)
- ★ 締 切 7月18日(月) ※但し定員になり次第締め切り
- ★ 申 込 先 総合型スポーツクラブ「この指とまれ☆しなの」事務所TEL/FAX:026-255-5298
- ★ そ の 他 7:50~8:30桑原プロによる、パターワンポイントレッスンがあります。
※会員以外の方で希望される場合は、受付時に申し込んでください。



第5回「この指とまれ☆しなの」オープンゴルフコンペ参加申込書

氏 名	性 別	年 齢	区分(どちらかに○)	おおよそのハンディーキャップ
			個人・組	
			個人・組	
			個人・組	
			個人・組	



信州ブレイブウォリアーズの バスケットボール教室

バスケット大好きな子も、バスケットにがてな子も、子どもも大人も
柏原体育館に集まりましょう！

期 日

7月24日(日)

日 程

AM9:00～10:00 (受付8:30～)

会 場

柏原体育館

対 象

誰でも

申込み

当日、受付にて申し込む

参加費

無料

持ち物

上履き、汗拭きタオル、水分補給の飲物



サイン会があります！



書道教室始めます

子どもから大人まで楽しんで学べる書道！
奥の深い書道の世界！基礎から学んでみませんか？

期 日

7月～3月 第1・第3 土曜日

時 間

14:00～15:30

場 所

地域交流施設

会 費

会員は200円/回

会員以外は500円/回

指導者

小林 富美代



【7月のスケジュール】

※転倒予防教室：7/6はお休みします。



※みんなで楽しく水泳教室：7/5は清掃のため、7/19は休館日のためお休みします。

日	曜日	教室名	場所	時間
1	金	ハーモニカ教室	地域交流施設	10:00～11:30
2	土	ノルディック・ウォーク	地震滝橋横駐車場に集合	9:30～12:00
		書道教室	地域交流施設	14:00～15:30
		バスケットボール教室	柏原体育館	19:00～21:00
3	日	野尻湖クリーン作戦！		
4	月	カヌーポロ教室	野尻レイクサイドホテルマリンパーク内	16:00～18:00
		社交ダンス教室	地域交流施設	19:30～21:00
5	火			
6	水	カヌーポロ教室	野尻レイクサイドホテルマリンパーク内	16:00～18:00
		雀荘☆この指とまれ	地域交流施設	14:00～16:00
		ソフトバレーボール&バレーボール教室	柏原体育館	19:00～20:30
7	木			
8	金	はじめての太極拳教室	地域交流施設	19:30～20:30
9	土	バスケットボール教室	柏原体育館	19:00～21:00
10	日			
11	月	フォークダンス教室	総合会館	13:30～15:00
		カヌーポロ教室	野尻レイクサイドホテルマリンパーク内	16:00～18:00
		社交ダンス教室	地域交流施設	19:30～21:00
12	火	編み物教室	地域交流施設	14:00～16:00
		みんなで楽しく誰でも水泳教室	ウェルネス倶楽部	19:00～20:30
13	水	カヌーポロ教室	野尻レイクサイドホテルマリンパーク内	16:00～18:00
		雀荘☆この指とまれ	地域交流施設	14:00～16:00
		転倒予防教室	富士里支館	14:00～15:30
		ソフトバレーボール&バレーボール教室	柏原体育館	19:00～20:30
14	木	卓球教室	柏原体育館	19:30～21:00
15	金	ハーモニカ教室	地域交流施設	10:00～11:30
16	土	ノルディック・ウォーク	陸上競技場駐車場に集合	9:30～12:00
		書道教室	地域交流施設	14:00～15:30
		バスケットボール教室	柏原体育館	19:00～21:00
17	日			
18	月	カヌーポロ教室	野尻レイクサイドホテルマリンパーク内	16:00～18:00
19	火	休館日		
20	水	カヌーポロ教室	野尻レイクサイドホテルマリンパーク内	16:00～18:00
		雀荘☆この指とまれ	地域交流施設	14:00～16:00
		転倒予防教室	地域交流施設	14:00～15:30
		ソフトバレーボール&バレーボール教室	柏原体育館	19:00～20:30
21	木			
22	金	はじめての太極拳教室	地域交流施設	19:30～20:30
23	土	バスケットボール教室	柏原体育館	19:00～21:00
24	日			
25	月	フォークダンス教室	総合会館	13:30～15:00
		カヌーポロ教室	野尻レイクサイドホテルマリンパーク内	16:00～18:00
		社交ダンス教室	地域交流施設	19:30～21:00
26	火	編み物教室	地域交流施設	14:00～16:00
		みんなで楽しく誰でも水泳教室	ウェルネス倶楽部	19:00～20:30
27	水	カヌーポロ教室	野尻レイクサイドホテルマリンパーク内	16:00～18:00
		雀荘☆この指とまれ	地域交流施設	14:00～16:00
		転倒予防教室	地域交流施設	14:00～15:30
		ソフトバレーボール&バレーボール教室	柏原体育館	19:00～20:30
28	木	第5回「この指とまれ☆しなの」オープンゴルフコンペ	妙高高原ゴルフ倶楽部	
		卓球教室	柏原体育館	19:30～21:00
29	金			
30	土	バスケットボール教室	柏原体育館	19:00～21:00
31	日			



会員・スポンサーの皆様へ



日頃、頑張っているスポーツや文化系で〇〇大会で優勝したなど、その頑張っていることをこの会報誌で住民の皆様にお届けしたいと考えています。

子どもから大人まで何かありましたら是非、事務局まで教えてください。お待ちしております。!



スポンサーのご紹介



「この指とまれ☆しなの」へのご支援をありがとうございます(順不同・敬称略)

名前	住所	電話	名前	住所	電話
ホテル アスティ くろひめ	信濃町黒姫山3884-298	026-255-3181	丸山歯科医院	信濃町柏原434-5	026-255-5511
ゴルフショップウイングス	長野市赤沼2530-2	026-251-3665	(有)三恵測量建設	信濃町柏原390-1	026-255-3518
(有)高原産業	信濃町柏原2530-8	026-255-2665	(株)中村板金	信濃町柏原951	026-255-4044
喫茶わたぼーし・ホビーメイト タカトウ	信濃町柏原55	026-255-2406	(有)信濃自動車工場ハートピアしなのSS	信濃町柏原2390	026-255-3191
(株)佐藤工務所	信濃町古間駅前	026-255-2210	(有)信濃製作所	信濃町平岡2013-4	026-255-5500
杜乃蔵	信濃町柏原2384-13	026-255-5688	ハトヤモータース	信濃町柏原76	026-255-2310
信濃水道	信濃町古間509-2	026-255-2328	カネコ美容院	信濃町古間925-2	026-255-3071
介護ショップ一期・サラダ館黒姫駅前通り店	信濃町柏原2552-8	026-251-7120	ヴァリアス カーズ	信濃町古間1435-6	026-217-7108
(有)小口時計眼鏡店	信濃町古間26-1	026-255-2023	カネコデンキ	信濃町穂波76	026-255-2739
服部電気保安管理事務所	信濃町柏原340-2	026-255-2423	ユタカ技工	信濃町古間1461-17	026-255-3836
内田スポーツ店	妙高市関山2065	0255-82-2031	石川酒店	信濃町柏原2934-1	026-255-2420
中藤建設(株)	信濃町古間21	026-255-3321	中村木工所(有)	信濃町柏原2839-7	026-255-5840
妙高高原ゴルフ倶楽部	妙高市関川1074-2	0255-86-4812	(有)仁の蔵	信濃町柏原3996-2	026-255-6523
信濃町リハビリ専門所	信濃町古間924	026-255-0201	北川遊魚	信濃町平岡1241	026-255-2790
(株)東急リゾートサービスホテルタングラム	信濃町古海3575-8	026-258-3677	風間農場	信濃町大井22-6	026-255-5513
(株)千華	信濃町古間45	026-255-5777	MCAST	信濃町野尻3884-564	026-262-1888
(有)野尻湖定期船会社	信濃町野尻254	026-258-2505	マルジウ製パン清水商店	信濃町柏原41-3	026-255-2154
スポーツメイトスナヤマ	信濃町柏原2554	026-255-2073	野尻レイクサイドホテル	信濃町野尻197-2	026-258-2021
ホテル若月	信濃町野尻2014-2	026-255-2577	(有)古澤建築	信濃町富濃1994-3	026-255-4151
日本亭	妙高市関川1416-1	0255-86-3556	NPO法人ざいごう	信濃町富濃1994-3	026-255-4151
公文式 信濃町教室	信濃町古間479-2	080-7008-0751	(株)タツノ	長野市大豆島3397-10	026-251-1090
松本サイクル商会	信濃町古間912-3	026-255-2268	トライトー級建築士事務所	信濃町古間1768-1	090-3067-7227
(株)落影農場	信濃町穂波1222-1	026-255-6152	やなぎさわ美容院	信濃町古間853-2	026-255-2124
みねむら酒店	信濃町古間44-1	026-255-2103	(有)池田商店	信濃町古間656	026-255-2171
(有)ジェットストリーム スピンネーカー	信濃町野尻53-1	026-258-3232	エフ株式会社	飯山市飯山727-1	0269-67-0330
池田興業	信濃町柏原1593-5	026-255-6856			