

151

平成28年6月号

http://shibuya-komireku.net/

コミレクのホームページを開設!!

六月より、ホームページを公開しています。ご覧いただけましたか? パソコンやスマホはもちろん、タブレットでもOK!

入力するのは⇒「渋谷区コミュニティスポーツ・レクリエーション協会」

http://shibuya-komireku.net/

あるいは⇒「コミレク」と入力し、【検索】してください。

コミレクのホームページがみられるようになったら、 「お気に入り」や「ブックマーク」に入れると、次からは簡単です!

毎月のコミレクニュース、イベント開催、スタッフ募集、お知らせ等 どんどんアップしていきますので、ぜひご覧ください!!

好き好き スポーツディ **1**

好き好きスポーツディ

☆リングバトル交遊会7/2(土)午後2時~お待ちしています!

スポーツセンター・小体育室 <バルーンテニス> 6月25日(土) 13:00~15:00 7月9日(土) " 7月23日(土) " 8月13日(土) " 8月27日(土) "

くリングバトル・エクササイズ等>6月25日(土)14:00~16:007月2日(土)"7月9日(土)"7月16日(土)"7月23日(土)"

ひがし健康プラザ・アリーナ

7月30日(十)

地域巡回教室



地域巡回普及教室~3B体操

 $9:30\sim11:00$ 中高年対象 6月23日(木) ひがし健康プラザ 6月30日(木) IJ 7月7日(木) IJ IJ 7月14日(木) IJ IJ 7月21日(木) IJ IJ 7月28日(木) IJ IJ 8月4日(木)

小学生のヒップホップ さんびー

6月25日(土)

15 : 30~16 : 30

フレンズ本町

7月30日(土)

13:30~14:30

西原地域センター

<講師:打越(うちこし)麻里子先生>

先着 20名

ご予約・お問い合わせ ⇒ 3b.uchikoshi@gmail.com

(要予約)

地域巡回教室



地域巡回普及教室~ペタンク

6月25日(土)	<i>13 : 30~17 : 00</i>	スポーツセンター 相撲場横
7月2日(土)	IJ	<i>II</i>
7月9日(土)	IJ	<i>II</i>
7月23日(土)	IJ	<i>II</i>
7月30日(土)	IJ	<i>II</i>



平成28年度の会費納入について

平成28年度のコミレク会費の納入をお願いいたします。

会費は、各地区担当者にお渡しのうえで領収証をお受け取り下さい。

Walking 49

紫陽花の咲く高幡不動尊を歩く

梅雨で蒸し暑い日々の中、そこかしこに咲く紫陽花を見かけます。 関東三大不動の一つに挙げられる高幡不動尊は、境内から山にかけて 咲き乱れる紫陽花は約250種と種類の多さでも知られています。 伽藍の背後の山には、四国八十八か所の縮小版コースもあります。

集合日時 : **6月26日(日) 午後 1時 *小雨決行**

集合場所 : 渋谷駅モヤイ像前

参加費: 100円(保険代)

お問合せ : 事務局 吉備 厚子 (Ta 3356-1957)

コミレク音頭 **6**

「コミレク音頭」できました!

コミレク音頭¹小 できました!!音頭調とサンバ調の2バージョンあります。 振り付けもそれぞれ考案中です! どんな出来上がりか? お楽しみに!!

♪♪コミレク音頭♪♪ <作詞・望月 猛 補作・吉村 温子 作曲・山本 誠>

1 愛するわが町 渋谷の街で

みんないっしょに 歌いましょう

声をそろえて 歌い踊れば

夢がふくらみ 希望が満ちる

ほら 渋谷のハチも嬉しそう

さあさ 手拍子 元気に踊ろう

みんなの みんなの

コミレク音頭だよ

2 愛するわが町 渋谷の街で

さあさ 手と手をつなぎましょう

皆で輪になり 歌い踊れば

笑顔あふれて 話しもはずむ

ほら スクランブルも 盛り上がる

さあさ 手拍子 元気に踊ろう

みんなの みんなの

コミレク音頭だよ

7

恒例「夏のバーベキュー」開催!

梅雨の最中、蒸し暑い日が続きます。

コミレク恒例のバーベキューを開催します。

会員の皆様、お誘い合わせてのご参加、お待ちしています!

ご家族連れでも大歓迎です!!

日 時 : 7月3日(日) 午前11時~午後3時

会場: 南新宿 あおい会館

会 費 : 2,000円

申込〆切 : 6月26日(日)

申込み先 レクリエーション部長 森川 勝司

「2016 夏のバーベキュー」参加申込書 / 切 6/26

Fax 森川 3378-4899

地	区	氏	名		電	話	番	号	