

ひかわスポーツ夢クラブのマスコットキャラクターとロゴマークが決まりました！



公式マスコットキャラクター

ゆめるん

スポーツが大好きで
みんなの
「やってみたい！」
「がんばりたい！」
という夢を応援する妖精。

公式ロゴマーク



- 青いカーブ
斐川町に隣接する斐伊川をイメージ
→水色は水。青色は川の流れを表現。
- 緑の丸(または葉のような部分)
→斐川町の自然、つながり、成長を表現。
- 青い人の形(全体)
スポーツを楽しむ人をイメージ
→スポーツの躍動感を表現。
- 黄色い星
→夢、希望、チャレンジを表現。

9月1日より
受付開始！

令和8年度

総合型地域スポーツクラブ

ひかわスポーツ夢クラブ 後期会員募集！

わくわく情報

ランバイク体験会

要申込

日程：9/13 10/4
対象：幼児～小学1年生
参加費：1回200円
時間：9:00～11:00
会場：アクティーひかわ体育館
(10月は多岐勤労者体育センター)



バイクの無料貸出あります。
各回定員は25名。お申込みはお早めに！



からだあそび

申込
不要

日程：11/15
対象：だれでもOK!
参加費：こども1人100円
時間：10:00～12:00
会場：斐川第1体育館



大好評のからだあそび！11月も開催します。
裸足で！思いきり！遊びましょう！お楽しみに。

こども夢スポーツ

要申込

日程：月1回月曜日
対象：小学1～6年生
参加費：1回500円
時間：18:30～19:30
会場：アクティーひかわ体育館



スポーツ界でも大注目の多種目スポーツ体験型教室です。
いろんな体験を通じてみんなの「好き」を見つけよう！

ひかわRunning フェスティバル2027

ランニング
要申込

日程：3月開催予定
時間：9:00～12:00
その他：無料体験コーナーや
キッチンカーもあるよ

幼児から大人まで毎年約500名が参加するイベント！
一緒に気持ちのいい汗を流しましょう。

～私達は認定NPO法人斐川スポーツ協会の活動を応援しています～

(株)出雲村田製作所 出雲空港カントリー倶楽部 島根県農協斐川地区本部 島根島津(株) 島根富士通 (有)二協社 (有)西工務店 (株)フクダ
(株)勝部農産 (株)特産ひかわ ながせファーム (株)コニシ (同)糸賀製餅店 (株)イトーケミカル (有)江陽印刷 山陰ヤクルト販売(株) 島根印刷(株)
(有)宍道湖 清和ジーンテック(株) (有)セントラルスポーツ ヒカワ工業(株) 斐川相撲道場 (株)斐川電工 斐川ファミリーゴルフ 斐川文教堂
(株)明乳ひかわ (有)持田物産 焼肉あらき ユカロン出雲 I T E Cサービス (有)足立商店 (株)アラキ 佐藤酒店 沢西工業(有)
村田文一 小村克美 有田茂雄

順不同 令和8年6月末現在

随時無料体験
～受付中～

お問い合わせ

ひかわスポーツ夢クラブ

(NPO法人斐川スポーツ協会)

〒699-0624 出雲市斐川町上直江2469番地アクティーひかわ内
☎ (0853) 72-7411 ✉ ym-club@icv.ne.jp

＼要チェック！／



Instagram



HP

後期入会年会費割引実施中！ 今なら500円引き **1,500円**

「総合型地域スポーツクラブ」とは健康づくりや仲間づくりを目的として
みなさまの身近なところでスポーツなどを楽しんでもいただくため
スポーツ庁が推進している地域活動団体です。



フィットネスプログラム

フィットネスプログラム内の
2教室目は300円引き！



スローヨガ

月3回
月曜日

10:00～11:00

回数：10～3月〈18回〉
参加費：8,000円 会員外1回1,000円／会員1回700円
対象：どなたでもOK！
会場：アクティーひかわ多目的ホール

1週間を気持ちよくスタートするために心地よいヨガの動きでからだの調子を整えていきます。

ピラティス

月2回
木曜日

13:30～14:30

回数：10～3月〈12回〉
参加費：6,500円 会員外1回1,000円／会員1回700円
対象：どなたでもOK！
会場：アクティーひかわ多目的ホール

衰えがちな体幹の筋肉（深層部）に働きかけるエクササイズです。骨格の歪みや筋力不足による体調不良改善に効果あり☆

ゆったりヨガ

月3回
水曜日

10:00～11:00

回数：10～3月〈18回〉
参加費：8,000円 会員外1回1,000円／会員1回700円
対象：どなたでもOK！
会場：アクティーひかわ多目的ホール

呼吸に合わせてゆっくり体を動かすことで、肩こり・腰痛・疲労感・ストレスなどの不調を減らします。

ボディケアヨガ

月3回
月曜日

19:00～20:00

回数：10～3月〈18回〉
参加費：8,000円 会員外1回1,000円／会員1回700円
対象：どなたでもOK！
会場：アクティーひかわ多目的ホール

日頃溜まった疲れ・ストレスを解消し、体のメンテナンスを行います。仕事終わりに体をリフレッシュしたい方にオススメ。

健康ストレッチ

月3回
水曜日

10:00～11:15

回数：10～3月〈18回〉
参加費：7,000円 会員外1回1,000円／会員1回700円
対象：おおむね50歳以上どなたでもOK！
会場：出西コミュニティセンター

柔らかいボールを使い、体の深層部からほぐしていきます。筋力トレーニングやストレッチなど、健康な体づくりを目指します。

貯筋運動(東)

月3回
金曜日

①9:00～10:10 ②10:40～11:50

回数：10～3月〈18回〉
参加費：7,000円 会員外1回1,000円／会員1回700円
対象：おおむね50歳以上どなたでもOK！
会場：まめなが一番館

いつまでも健康的な足腰を保つために「筋肉を貯めましょう！」好評により2グループに分けて開催しています。

貯筋運動(北)

月3回
月曜日

10:00～11:15

回数：10～3月〈18回〉
参加費：7,000円 会員外1回1,000円／会員1回700円
対象：おおむね50歳以上どなたでもOK！
会場：今在家農業ホール

いつまでも健康的な足腰を保つために「筋肉を貯めましょう！」科学的に考えられた運動を楽しく行います。

ひかわスポーツ夢クラブは斐川のまちを元気にする「総合型地域スポーツクラブ」です

スポーツプログラム

シニアスポーツ広場 毎週 火曜日

9:30～11:30

回数：10～3月〈約25回〉
参加費：6,000円 会員外1回700円／会員1回500円
対象：おおむね50歳以上どなたでもOK！
会場：アクティーひかわ体育館

毎週火曜日は体育館に集合！「行けば誰かが必ずいる」そんな安心できる空間です。みんなで楽しく運動しましょう。種目はラージボール卓球・スポンジテニス・バドミントンなど何でもOK。

キッズプログラム

キッズうきうき体操 月2回 火曜日

16:30～17:30

回数：10～2月〈10回〉
参加費：5,500円 会員1回700円
対象：年少～年長幼児
会場：斐川第1体育館（冷房の季節はアクティーひかわ）

運動遊びを通じて基礎的な運動能力を育てます。幼児期の今だからこそ運動機能の基礎をしっかりと形成しましょう！テーマは「笑顔・ふれあい・好奇心」

部活動プログラム

木曜ラージ卓球部 毎週 木曜日

9:30～11:30

会場／アクティーひかわ体育館

スポンジテニス 月2回 土曜日

10:00～12:00

会場／アクティーひかわ体育館

ラージボール卓球 月2回 土曜日

10:00～12:00

会場／アクティーひかわ体育館



部活動とはクラブ会員による自主活動です

参加方法

- ① 見学・体験（日程はHPで確認またはお問い合わせください）
- ② ひかわスポーツ夢クラブに加入（年会費後期1,500円）
- ③ 部活動スタート（参加費は各代表者へお支払いください）

健康マージャン 毎週 火曜日

13:00～17:00

会場／アクティーひかわ控室

フラサークル Pumehana 月3回 火曜日

10:00～11:00

会場／アクティーひかわ多目的ホール

ソフトテニス 月1回 土曜日

14:00～16:00

会場／斐川第1体育館

硬式テニス 月2回 土or日

10:00～12:00

会場／出雲市内テニス場

クラブ入会お申込み方法

まずはお気軽にクラブ事務局までお電話ください

☎(0853) 72-7411

受付時間 電話／9:00～17:00（土・日・祝日を除く）
メール／24時間受付

- ・クラブ事務局までお越しください
- ・申込書の記入
- ・お支払い お手続き完了後は原則返金致しかねますのでご了承ください

後期年会費 1,500円 + 教室参加費 + スポーツ安全保険料(任意)

区分	中学生以下	高校生	一般	65歳以上
年会費 ★家族2人目から 500円引き	後期入会 割引実施中！ 通常2,000円が 1,500円 今なら 500円お得!!			
保険料(任意)	800円	2,000円	2,000円	1,200円

・会員証の発行 ★家族で入会すると年会費がお得！

各教室プログラムの
無料体験随時受付中！



入会特典

会員証の掲示でお得な特典がいっぱい！

- 特典1 ひかわスポーツ夢クラブ事業に会員料金で参加可能！
- 特典2 出雲健康公園クラブハウス（出雲ドーム）2Fトレーニングルームの利用料が半額！
- 特典3 出雲ゆうプラザで利用料の割引あり！

※会員証はご本人のみご利用いただけます

