

令和6年度（2024） 募集要項

NPO法人 北九州陸上クラブ *RiC*

明るく 楽しい 愉快的な クラブ



スポーツをとおした 人づくりは 街づくり

ひとりでも多くの スポーツ好きな 子どもを育てる

「地域に根付いた陸上クラブ」を目指し発足した本クラブは、本年度創立23年目を迎えます。

文部科学省が推進する「総合型地域スポーツクラブ」の趣旨を基本とし、地域の特徴や種目の特性を生かしつつ陸上競技を中心に置いた幅広い活動を展開しています。

テーマは、「スポーツを通した 人づくりは街づくり」です。世代を超えた（多世代の）多くの会員が集い、個々に応じた目標「体力の向上、競技力の向上、健康の保持増進等」をサポートします。

また、各種イベントや多種目の体験を通して会員相互の交流を図ります。さらに、NPO法人として地域に密着したスポーツ活動による社会貢献を推進しています。スポーツは、私達に夢や感動を与え、生活を豊かにします。

RiCでは、皆様のスポーツニーズに合ったプログラムを準備しました。それぞれのテーマをご理解の上、一人でも多くの方々が本クラブに会員として入会され、生き生きとした活動をとおして、健康な日々を送られることを願っています。

理事長 安藤 道夫

ジュニア陸上
スポーツ教室（小学生）
【土曜R i C】



このプログラムは、小学生の教室です。

【テーマ】

「ひとりでも多くのスポーツ好きな子どもを育てる」

【ポイント】

- 1 子ども達の発育・発達段階に応じた運動を行います。
(チャンピオンを育成することを目的としません。)
- 2 「走る・跳ぶ・投げる」というスポーツの基礎運動を行います。
- 3 「遊び」とおした運動で体力や運動技能の習得を目指します。
- 4 互いの信頼や協力、コミュニケーション能力を育成します。
- 5 自然体験活動でたくましい子どもを育成します。(日帰り実施)
(サマースクール=3年生以上、スキースクール=4年生以上)

対 象	小学生1年生から6年生の男女 100名程度 (随時募集)
開催日	月2回程度 不定期の土曜日 (下記日程参照) キッズ陸上教室 毎週木曜日17:50~19:30 (3年生以上の希望者)
会 費	【新規入会の会員】 入会金3,000円と年間会費 30,000円 合計33,000円 (半期ごと分納可、前期18,000円と後期15,000円) 【継続の会員】 30,000円 (半期ごと分納可15,000円) 【キッズ陸上教室 (木曜R i C) 参加可】 1回 200円 (R i C回数券11枚2000円)
会 場	北九州市立八幡東体育館 14:00~16:15 八幡東区中央3-9-6 北九州市立鞆ヶ谷競技場 14:00~16:15 戸畑区鞆ヶ谷町20 北九州市立総合体育館 14:00~16:15 八幡東区八王寺4-1

小学生の参加競技会	
5/25	小中記録会 (鞆ヶ谷)
6/16	県小学生陸上全国大会予選 (博多の森)
9/23	かけっこフェス (鞆ヶ谷)
10/5	市民スポーツ大会 (本城)
10/27	北九州陸上カーニバル (本城)
12/21	北九州市民駅伝 (本城)
1/12	キッズニューイヤ-EKIDEN (本城)
※ 希望者が参加	

開催予定日 東体=八幡東体育館 高=高炉台球場 鞆ヶ谷=鞆ヶ谷競技場 総体=総合体育館 めかりプ=和布刈塩水プール

4月	13日 (土) 総体1 12時30分から受付 13時開講式 20日 (土) 東体育館	7月	6日 (土) 東体・高 13日 (土) 鞆ヶ谷 20日 (土) めかりプ 23日 (火) サマースクール	10月	未定 (土) 東体・高 レッツスポーツ 26日 (土) 鞆ヶ谷ト	11月	11日 (土) 東体・高
5月	6日 (月・振) 総体 (チャレンジスポーツ大会) 18日 (土) 東体・高	8月	3日 (土) 東体・高 24日 (土) 総体2 31日 (土) 東体・高	11月	9日 (土) ハイキング 16日 (土) ホウリング	2月	1日 (土) スキースクール 8日 (土) 東体・高
6月	8日 (土) 東体・高 15日 (土) 鞆ヶ谷	9月	7日 (土) 東体・高 14日 (土) 東体・高 21日 (土) 鞆ヶ谷 23日 (月・祝) 鞆ヶ谷 かけっこFes	12月	7日 (土) 東体・高	3月	1日 (土) 東体・高 15日 (土) 東体・高 閉講式

**キッズ陸上教室
(小学生)**

【木曜RiC】

**チャンピオンズ陸上
競技教室(中・高校生)**

このプログラムは、小学生・中高生の陸上競技教室です。

【テーマ】

「走・跳・投をとおして、楽しく、体づくりを行う」

【ポイント】

- 1 小学生・中高生の発育・発達に応じた陸上競技を指導します。
- 2 運動の基本となる「走る・跳ぶ・投げる」の動作を伸ばします。
- 3 「遊び」の要素をとおして実践し、体力と互いの信頼や協力、コミュニケーション能力を育成します。



(キッズ陸上教室)

対 象	小学生(3年生～6年生) (随時募集) 中学生・高校生 定員なし (随時募集)
開催日	毎週木曜日 17:50～19:30 (小学生のみ) 中高生 17:50～19:45
会 費	年会費 小学生 16,000円 一括納入(4月～10月までの活動) 中学生 26,000円 一括納入又は前期14,000円 後期12,000円 高校生 27,000円 一括納入又は前期15,000円 後期12,000円
	注:キッズ陸上教室(木曜RiC)の会員は、ジュニア陸上スポーツ教室(土曜RiC)のプログラムには参加出来ません。(一部行事・イベント可) 陸上競技会には出場可能です。(希望者)
会 場	北九州市立鞆ヶ谷競技場 戸畑区西鞆ヶ谷町20-1 (4月～10月) 北九州市立総合体育館及びその周辺 八幡東区八王寺町4-1 (11月～3月)
	※ 鞆ヶ谷競技場は、改修工事のため、11月～3月は使用できません。

開催日

4月 (3)	11(開講式)18 25	8月 (2)	22 29	12月 (3)	5 12 19
5月 (5)	2 9 16 23 30	9月 (4)	5 12 19 26	1月 (4)	9 16 23 30
6月 (4)	6 13 20 27	10月 (5)	3 10 17 24 31 小学生閉講式	2月 (4)	6 13 20 27
7月 (4)	4 11 18 25	11月 (4)	7 14 21 28	3月 (2)	6 13 (中高閉講式)

(年間小学生27回 中高生44回)

- ※ 天候の状況により中止する場合があります。RiCメールで連絡します。
- ※ 中止の代替教室はありません。
- ※ 木曜日が祝日の場合は実施しません。



(サマースクール)



(スキースクール)

エンジョイ

スポーツ教室

このプログラムは小学生・家族の楽しむ教室です。

【テーマ】

「いろいろなスポーツを体験し、自分に合ったスポーツを探す」

【ポイント】

- 1 陸上競技以外の種目を行います。年間2回実施
- 2 自分に合ったスポーツを見つけるチャンスにもなります。
- 3 卓球、バドミントン

対 象	ジュニア陸上スポーツ教室の会員(3年生～6年生)の希望者
開催日	年間2回 種目・開催日は下記の表参照 時間 18:00～20:00
会 費	1回 200円回数券1枚 家族参加費 1回400円(回数券2枚)
会 場	総合体育館第2

種目	卓球・バドミントン
期日	12月1・15日
会場	総合体育館第2

保護者向け

健康教室

このプログラムは、土曜R i C・木曜R i C会員の保護者・家族を対象とした教室です。

【テーマ】

「楽しく、心身の健康と保持増進を図る」

【ポイント】

- 1 個々の健康レベルにあった運動を行い、心身の健康を図ります。
- 2 内容は、教室の各種イベント参加やストレッチ体操、エアロビクス、ウォーキング、ランニング、卓球、バドミントン等を行います。
- 3 スポーツを通して、健康増進及び互いの交流を図ります。



(ハイキング)

対 象	R i C会員の保護者・家族
開催日	不定期(土曜R i C・エンジョイスポーツ教室の中で実施)
会 費	1回400円又は200円回数券2枚(スポーツ障害保険費)
会 場	開催日、会場は事前にお知らせします。

ランニング
教室

このプログラムは、市民ランナー（マラソン完走）をめざす大人の教室です

【テーマ】

長距離走を中心に、長く・速く・美しく走る」

【ポイント】

個々の能力に応じた細やかな指導を行い、走る技術と能力の向上を図りマラソン完走を目指します。

対 象 大人（高校生以上）

開催日 毎週木曜日 18:30～20:00

会 費 年会費 14,000円（保険料・会場使用料・照明代を含む）

教室参加料 1回 700円

会 場 北九州市立鞆ヶ谷競技場 戸畑区西鞆ヶ谷町20-1（4月～10月）

北九州市立総合体育館及びその周辺 八幡東区八王寺町4-1（11月～3月）

TOPアスリート
陸上競技教室

このプログラムは、高い競技力と成果をめざす大人の陸上競技教室です。

【テーマ】

「自己の限界に挑戦し、さらに、会員や地域に夢と感動を与える誇り
高きアスリートをめざす」

【ポイント】

- 1 個々の選手は、個別にトレーニングを積み、大会にはチームとして出場します。
- 2 日本選手権、GPシリーズ、全日本実業団陸上、九州選手権、等の大会での活躍を目指します。
- 3 普及育成指導やボランティア活動を行います。

*会費 年間5,000円

サークル・マスターズ
スポーツ教室

このプログラムは、大人の健康づくりをめざす教室です。

【テーマ】

「生涯スポーツの視点に立ち、陸上競技を中心に健康づくり
を推進する」

【ポイント】

- 1 個々の体力に応じた運動を行い、体力の向上を図ります。
- 2 マスターズ大会等に出場します。

*会費 年間5,000円 *活動 木曜R i Cと同時に開催します。

- 3 今年度の開催期間は、4月から10月です。

賛助会員

RiCの趣旨に賛同し個人一口3,000円以上、法人20,000円以上の寄付にご協力をされた方とします。

RiC 入会に関する確認事項

- * クラブの運営は、会員の会費を基本財源とし受益者負担の原則に基づいて運営して参ります。
- * RiC会員の会員期間は令和6年4月1日より令和7年3月31日までとします。
- * 一度納入された会費は、理由の如何に関わらず返金できません。ご了承下さい。
- * 入会時には、誓約書及び健康調査票の提出をして戴きます。
- * 教室、イベントが、天候次第で中止になる場合があります。
- * 会員は、スポーツ傷害保険に加入します。
- * 個人情報については、本クラブ運営上必要なことのみ使用とし、適切且つ厳重に管理します。
- * ジュニア陸上スポーツ教室の入会につきましては、昨年度からの継続の会員が優先されます。
入会に際しては、本クラブの趣旨に賛同し1年間をとおして活動できることを基本条件とします。
更に、「教室のきまり」である開始時刻の遵守や各種事業への参加申込み締切厳守等をきちんとしていただくことをお願いします。
尚、特別な配慮が必要なお子様の入会希望者につきましては、必ず事前に事務局にご相談下さい。
新規入会希望者の申し込みは随時受け付けます。尚、4月から入会の方は4月5日（金）までに手続きをお願いします。（事務局必着のこと）
- * SDGsを推進します。古紙回収活動を行います。土曜RiC開催日（月1回程度）に家庭等で不要となった古紙を回収します。資源活用として、市より換金された資金は活動資金とします。

【事務局】 〒803-0852

北九州市小倉北区新高田2-11-5

中 村 達 志 宛

事務局専用電話 080-1744-0759

RiC入会希望者は、ご記入下さい。

(ジュニア陸上スポーツ教室入会希望者には、別途指示します。)

誓 約 書

令和6年 月 日

NPO法人北九州陸上クラブRiC

理事長 様

私は、NPO法人北九州陸上クラブRiCの会員として、クラブ運営の趣旨及び、入会確認事項に沿って活動を行うことを誓います。

氏 名 _____ 印
(保護者) _____

健康調査書 (安全に活動するための調査です。)

- 1 あなたは現在、既往症で病院にかかっていますか? (はい ・ いいえ)
病名 ()
- 2 あなたは 医師より運動の制限をされていますか? (はい ・ いいえ)
内容 ()
- 3 心臓の病気はありますか? (ある ・ ない)
病名 ()
- 4 血圧は正常値ですか? (はい ・ いいえ)
- 5 糖尿病はありますか? (はい ・ いいえ)

入会にあたり要望や配慮して欲しいことがあればお書き下さい。

令和6年度

NPO 法人北九州陸上クラブRiC 入会申込書

ジュニア陸上 スポーツ教室 (土曜RiC) キッズ陸上教室 (木曜RiC) チャンピオンズ (入会部門を○で囲む)	氏名 (ふりがな)	性別	生年月日
	()		年 月 日
	現住所	学校名	
	〒 —		
	〒 () —	学年(4月から)	
		学年	
保護者氏名 (ふりがな)	緊急連絡 (携帯)		
()			
ランニング教室 (木曜日実施) サークル・マスターズ TOPアスリート (入会部門を○で囲む)	氏名 (ふりがな)	性別	生年月日
	()		年 月 日
	現住所	学校名・勤務先	
	〒 —		
	〒 () —	得意種目	
		緊急連絡先 (携帯等)	
賛助会員	氏名 (ふりがな)		
	()		
	現住所	電話番号	
	〒 —		

き
り
と
り
線

* 個人情報の管理については、本クラブが適切・厳重に管理します。スポーツ障害保険の加入や大会の申し込み等、クラブの活動に必要な範囲内で個人情報を使用、提供します。