

2025年 年会費の支払い方法について



サークル毎にまとめた振込をお願いします

大人	5,400 円
小人 (小学生～高校生)	1,800 円
未就学	900 円

【振込方法】

1. ゆうちょ銀行振替口座

口座記号番号 **00100-5-364182**
 名称 **調和SHC倶楽部**

ゆうちょ銀行 振込手数料

取扱内容		5万円未満	5万円以上
通常払込み	窓口	203円	417円
現金→振替口座に送金	ATM	152円	366円

※ゆうちょ銀行以外からお振込される場合は

ゆうちょ銀行 店番 019 店 当座 口座番号 0364182 になります。

※通信欄

氏名・所属サークルまたは教室名・会員番号
 電話番号を記載してください。

住所は変更があった方のみ記載してください。

2. サークルで振込みされる方は振込日を記入した
 年会費振込者リストと振込み明細書を事務局へ
 提出してください。

3. その他

複数のサークル・教室に所属されている方は
 どこか一ヶ所での更新になります。

年会費振込者リスト

	大人/子供	会員番号	名前	フリガナ	振込日
1					
2					
3					
4					
5					

【スポーツ部会】

こまCUP



(ジュニア育成地域推進事業ビーチボール大会)

1月 19日 (日) 狛江市民総合体育館にて
 こまCUPが開催されました。

大会には(1年生～6年生)48名9チーム
 とコーチ・世話人15名の総勢63名が参加
 しました。それぞれの部で、子どもたちは日頃
 の練習の成果を十分に発揮し、皆楽しそうに
 プレーしていました!



【健康部会】

健康太極拳教室

講 師：尾上 優子 氏

日 時：毎週日曜日 (月4回)
 12時45分～15時

場 所：市民大町スポーツ施設
 会議室

月 謝：3,520/月



参加者募集!

【健康部会】

チエアエクササイズ (旧・転倒予防)

講 師：高松 光子 氏

(教室名が変わりました)

日 時：毎週土曜日 13時30分～15時

場 所：市民大町スポーツ施設・会議室(第1・3)
 大町ふれあいの家・大集会室(第2・4)

対 象：60才以上

定 員：15名

月 謝：1,000/月

持ち物：飲み物・シューズ・バスタオル・汗拭きタオル



転倒による骨折や寝たきりを予防する
 簡単な体操を始めませんか?