



寒さが日に日に増してきて、ついつい外に出るのが億劫になりがちですね。また、健康のためにちょっと身体を動かしてみたいと思っている人たちにとっても、最初の一歩が踏み出しにくい季節となってきました。しかし！土浦には、そんな人たちを少しだけ後押ししてくれるスポーツクラブがあるのをご存知ですか？

What  
is  
DOSUKEN?

## 土浦スポーツ健康倶楽部

ドスケン（土ス健）は2008年に設立された土浦の総合型地域スポーツクラブ（※）です。従来の単一のスポーツクラブとは異なり、いろいろなスポーツや健康のための運動が楽しめます。また、どの種目も多世代の参加であり、初心者向けなのです。

地域の誰もが気軽にスポーツを楽しめる環境構築を目指して一年365日、どこかで何かしらのスポーツ活動をしています。

### 「ちょっとやってみたい！」の受け皿

Q: 設立のきっかけは？

A: 以前から地域スポーツに携わっていましたが、自分がやっていると感じにくいことがあります。

それは、スポーツを「ちょっとやってみたい」という人が潜在的に相当数いるということです。しかも、その願いの多くが叶わずに終わってしまうケースがほとんどなのです。つまり、地域に「ちょっとやってみたい」人たちの受け皿がなかったわけです。

そこで気軽にできて、楽しくなければやめればよいようなクラブを設立しました。

※ 総合型地域スポーツクラブとは、スポーツ振興基本計画（2000年：文部科学省）における施策の一つで国民のスポーツ実施率向上を図り、全国展開しています。



健やかな地域づくり



### 新しい公共

Q: どんな人たちがやっているの？

A: 行政ではなく、また企業でもなく、地域住民が主体的に運営し、自分のためと地域のために活動しているいわゆる「新しい公共」のスタイルです。

Q: 財源は？

A: 現在はスポーツ振興くじ助成金が主な財源となり、少しでもちょっとやってみたいという願いを叶えるべく受益者負担を最小限に抑えています。

歩いた分だけタダ（無料）になる！

歩数のマイレージも毎年開催！

すべてのお問い合わせは

土浦スポーツ健康倶楽部 事務局

029-824-7652（代表携帯に転送）

### 自分に合ったスポーツ

Q: どうすれば入会できるの？

A: 年会費3000円で家族全員が好きな種目に参加できますが、種目によって別途参加料（1000～3000円）いただく場合があります。いきなり入会するのではなく、見学や体験してからをお勧めします。

Q: どんな種目があるの？

A: 現在はタッチラグビー、ヨガ、ボウリング、フットサル、ノルディックウォーキング、グラウンドゴルフ、サイクリング、ポニー乗馬、ヨット、カヌー、卓球、バドミントン、太極拳、サッカー、貯筋運動、テニス等です。

やる気があれば年齢なんて関係ない♪ 気になるスポーツがあったら一度チャレンジしてみませんか？

