

団体名	健康吹き矢 あひる倶楽部
------------	---------------------

登録番号	No. 25
代表者氏名	会長 山下 信男
事務所住所	綾瀬市小園南 2-21-6
問 合 先	0467-79-0730 (山下 信男) 080-3415-1887 090-1702-1211
主な活動場所	寺尾釜田 遊び処
設立年月日	1998/4/1
活動日時	毎週水曜日 10時～12時
会 員 数	25名
会 費	月額体験 500円
その他費用	1回 300円
会 員 募 集	有



健康と吹き矢始めませんか？

1. 筋力を活性化し姿勢を改善
2. 腹筋が鍛えられ腹式呼吸力を強化
3. 胸筋が鍛えられ胸式呼吸力を強化
4. 体の隅々まで酸素を摂取
5. 血液の循環促進と内臓の活性化
6. 腸を刺激し腸きを活性化
7. 精神集中力を強化
8. ストレスの軽減

綾瀬吹き矢あひる倶楽部(海老名・綾瀬支部)

綾瀬市寺尾釜田1-20-16うさぎ保育園前遊び処

第1本曜日 13:00～15:00 いすみ会館
第2本曜日 13:00～15:00 中央公民館
第4本曜日 13:00～15:00 海軍寺尾あひる会館

入会体験 月300円

問い合わせ 080-3415-1887 090-1702-1211 山下

Eメール	
ホームページ	
活動分野	①保健・医療・福祉
活動目的	吹き矢を通して、市民の健康普及・地域友好に貢献したい。老若男女誰でもできるスポーツなので、市民に広めたい
活動内容	① 市民対象に吹き矢教室の開催 ② 吹き矢指導員と団体の育成 ③ 安全な吸盤吹き矢で、的に当て点数を競う ④ 腹式・胸式呼吸力を強化できる ⑤ 歩行困難な人でも呼吸法強化できる。ちなみに20本吹くことで、5kmのウォーキングカロリー消化ができる
団体PR	
SDGs 開発目標	