# 令和５年度　総会資料

日時　　令和５年６月18日（日）
　　午後１時30分より
会場　　塩田公民館　大ホール

長野県上田市中野20

MIX SPORTS

特定非営利活動法人
うえだミックスポーツクラブ

〒386-1323　上田市本郷631-2
電話　0268-71-5392　Fax　0268-71-5302
HP　アドレス　http：//www．u-mixsports.com/
E-mail　club@u-mixsports.com

# ＮＰＯ法人うえだミックスポーツクラブ　総会次第

1. 開会のことば

2. あいさつ
（１）理事長

3. 議長選出

4. 議事

議長団・書記選出

議事録署名人選出

| | | |
|---|---|---|
| 第１号議案 | 令和４年度事業報告並びに活動計算書報告<br>監査報告 | 1-8<br>9 |
| 第２号議案 | 令和５年度事業計画並びに活動予算案 | 10-14 |
| 第３号議案 | 理事改選の件 | |
| 第４号議案 | その他 | |

5. 議長退任

6. 閉会のことば

# 令和4年度　うえだミックスポーツクラブ　事業報告

～スポーツで人と地域をもっとしあわせに。～

《既存の枠を越えた繋がりと可能性をさらに広げていく。》

**・スポーツコミュニティカフェの運営**

・週3回の体にやさしい健康ランチの提供

（木・金　ケメケメ（3月10日をもって終了／水　カフェ豆研）

**・オリジナルグッツ等の販売**

・オリジナルウェア、Tシャツ等のスポーツウエアの販売

・アクセサリー、アロマグッズ等の販売

**・企業との連携**

・企業向け講演会講師の派遣

・上田ケーブルビジョンでの運動動画配信（プチエク）

・日置電機株式会社の社員健康増進事業再開

**・保育園・小中学校との連携**

・PTA主催の講座等への指導者派遣

・チャレンジキッズ（保育園運動プロジェクト）

・子どもたちの健やかな成長をサポートするプロジェクト

・部活動の地域移行問題に関する調査・連携

・塩田中学校での運動部活動支援

（しおだっ子応援団として・・・1月6日　ボトムアップ講演会開催）

**・指導者の育成・スキルアップ**

・指導者連絡会の開催（指導者間交流と研修）

・安全講習会の開催（消防署に依頼→派遣中止）

**・NPO・各種団体との連携**

・社会福祉法人上田しいのみ会室賀デイサービス事業の指導者派遣（月～金PM）

・一般社団法人上田市スポーツ協会、一般社団法人浅間リサーチエクステンション センターとの「健幸都市うえだ」の連携協定締結（総合型地域スポーツクラブ連絡協）

・侍学園スクオーラ今人の体育授業支援（ヨガ、レク、体力づくり、筋力アップトレーニングなど）

・上田市内の総合型連絡協議会連携事業（アリオウォーキング・親子スポフェス等の共同開催）

・上田市高齢者学園　授業、クラブ活動講師派遣　（通年）

・ブリリアントアリーズ（バレーボール）の応援ソング振付とプロモーション協力　（10月）

**・行政との連携**

・上田市健康推進課　各種健康講座指導者派遣

・上田市ウォーキング講座　委託事業（4回）

・上田市健康推進課　チャレンジキッズプログラム　講師派遣事業（5園30回）

・上田市健康推進課　あたま・からだ元気体操　委託事業（塩田地区）

・上田市高齢者介護課　介護予防教室の担当（上田・真田・武石　計38回）

・上田市高齢者介護課　地域リハビリテーション事業　指導者派遣　（23か所）

・立科町保育園・児童館での運動あそび指導委託・子育てをする親への支援（各月1回）

・塩田まちづくり協議会への参画・健康福祉部　ウォーキング講座（14回）

・青少年育成会地区講演会講師（城南公民館講演会）

**・活動拠点開拓**

・既存の活動場所の枠を越えてクラブハウス運営も含めた可能性を開拓していく。

**定期講座の開催**：別紙参照

# 令和4年度　うえだミックスポーツクラブ　事業内容

定期的な講座

| 幼児・小学生の体づくり | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 教室名 | 対象 | 曜日 | 時間 | 場所 |
| 運動遊び教室（幼児） | 年中児・年長児 | 土曜日 | 9:00～10:00 | 自然運動公園総合体育館 |
| 運動遊び教室（児童） | 小1～6年生 | 不定期 | 10:20～11:50 | |
| はじめてのバレエ(幼児クラス) | 幼児 | 水曜日 | 16:30～17:30 | EMUバレエスタジオ |
| はじめてのバレエ(小学生クラス) | 小年生 | 火曜日 | 17:30～18:50 | |
| ジュニアバスケ | 小4年生～中3年生 | 金曜日 | 19:00～21:00 | 塩田西小学校等 |
| 文化講座 | | | | |
| キッズ★英語 | 小中学生（レベル別） | 月曜日 | 16:00～18:00 | クラブ事務所 |
| 健康・リフレッシュ | | | | |
| シニア筋力・バランス力アップ教室 | 60歳以上 | 水曜日 | 9:30～11:00 | 塩田公民館 |
| 楽椅子健康体操 | 年齢不問 | 火曜日 | 9:30～10:30 | |
| 背骨コンディショニング | 年齢不問 | 木曜日（2.4） | 10:00～11:00 | |
| からだ調整教室 | 年齢不問 | 木曜日（1.3.5） | 10:15～11:30 | |
| フィットネス系 | | | | |
| 午後ヨガ | 年齢不問 | 木曜日 | 13:30～14:30 | 塩田公民館 |
| 金ヨガ | 年齢不問 | 金曜日 | 19:00～20:00 | |
| 男ヨガ | 男性 | 水曜日 | 19:40～20:40 | |
| クラブ | | | | |
| チアリーディングチーム<br>上田エンジェルス | リトル（幼児） | 月曜日 | 17:00～18:00 | 塩田公民館 |
| | ジュニア育成 | 月曜日 | 17:00～18:30 | |
| | | 金曜日 | 17:00～19:00 | |
| | ジュニア選抜 | 木曜日 | 17:00～18:30 | 丸子総合体育館 |
| | | 土曜日 | 9:00～12:00 | 塩田公民館 |
| | シニア | 月曜日 | 18:30～21:00 | |
| | | 土曜日 | 13:30～16:00 | |
| 硬式テニスクラブ | 年齢不問 | 木曜日 | 10:00～12:30 | 自然運動公園屋内テニスコート |
| ゆるバス（バスケットボール） | 中学生以上 | 木曜日(第2・4) | 19:00～21:00 | 自然運動公園総合体育館 |
| ランニングクラブ | 年齢不問 | 土曜日(第2・4) | 9:00～11:00 | ※R4,6月末で休講 |
| ゆるチャリ倶楽部（冬季休み） | 年齢不問 | 土曜日（月1回） | 9:30～11:30 | クラブ事務所 |
| にこにこスロージョギング® | 年齢不問 | 土曜日(月2回) | 7:00～8:00 | 塩田地域 |

| | 区分 | 金額 | 備考 |
|---|---|---|---|
| 入会金 | 大人（高校生以上） | 2000円 | |
| | 子供（中学生以下） | 1000円 | |
| | 家族（同居家族） | 5000円 | 同居家族であれば何名でも可 |
| 年会費 | 大人（高校生以上） | 2500円 | （スポーツ安全保健任意加入） |
| | 子供（中学生以下） | 2000円 | （スポーツ安全保健任意加入） |
| | 家族（同居家族） | 5000円 | 同居家族であれば何名でも可 |

その他　ガチダイエット、早朝ヨガ,アウトドアイベントなど、不定期随時開催

2021年度　定期講座開催数　　680回
　　述べ参加人数　　11,129人

2022年度　定期講座開催数　　984回
　　述べ参加人数　　12,492人

## 【令和4年度　うえだミックスポーツ 事業・イベント等　実績】

| 日　程 | 内　容 | 会　場 | | 実績 |
|---|---|---|---|---|
| 4月9日(土) | 運動あそび教室初回 | 自然運動公園総合体育館 | 主催 | |
| ~~4月11日(月)~~ | ~~別所地域 桜ウォーキング(健幸W①)~~ | ~~あいそめの湯-別所温泉周辺~~ | 行政委託 | |
| 4月23日(土) | 新サイクリング講座開始(不定期月1回土曜日)全8回 | 塩田周辺 | 補助金事業 | |
| 4月30日(土) | チアリーディング講習会 | 丸子総合体育館 | 参加 | 80 |
| 5月3日(火) | 太郎山登山競走(共催) | 太郎山周辺 | 共催 | |
| 5月9日(月)～6月27日(月) | ガチダイエット夜 第一期(全8回) | 塩田公民館 | 主催 | 5 |
| 5月17日(火) | 理事会 | 事務所 | | |
| 5月18日(水) | ラジオ体操講習会(9時～11時) | 丸子総合体育館 | 共催 | |
| 5月18日(水) | あたまからだ元気体操講習会 | 丸子総合体育館 | 共催 | |
| 5月21日(土) | 別所線と走ろう | 別所線周辺 | 共催 | |
| 6月4日(土) | あたま･からだ元気体操～夏の部～　開始 | 塩田 | 行政委託 | |
| 6月9日(木) | ホタルウォーキング(健幸W②) | アクアプラザ･下塩尻 | 行政委託 | |
| 6月24日(金) | ジュニアバスケ体験会 | 塩田西小学校 | 主催 | |
| 6月19日(日) | 総　会13:00(12時半受付) | 塩田公民館 | | |
| 7月2日(土) | あたまからだ健幸フェア | アリオ上田 星のコート | 共催 | |
| 7月11日(月) | ラベンダーウォーキング(健幸W③) | 音楽村周辺 | 委託事業 | 10 |
| 7月24日(日) | チアリーディング夏の大会 | 駒沢公園体育館 | 参加 | シニア1位 |
| 7月11日(月) | ラベンダーウォーキング(健幸W③) | 音楽村周辺 | 委託事業 | 13 |
| 8月1日(月)～8月5日(金) | 朝ヨガ　開始(全5回) | 塩田公民館 | 主催 | |
| 8月3日(水) | チアリーディング夏フェス | 大田区体育館 | 参加 | 3チーム47名 |
| ~~9月18日(日)~~ | ~~上田エンジェルス15周年記念発表会~~ | ~~丸子総合体育館~~ | 主催 | |
| 9月23日(金) | 総合型主催 親子スポーツフェス | 城跡公園 | 共催 | |
| 10月17日(月)～12月5日(月) | ガチダイエット 第二期(全8回) | 塩田公民館 | 主催 | 13 |
| 10月7日(金) | ジュニアバスケ体験会 | 塩田西小学校 | 主催 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 10月8日(土) | チアリーディングジャムフェスジャパン | 立川立飛体育館 | 主催 | シニア17名 |
| 10月31日(月) | 千曲公園ウォーキング(健幸W④) | 千曲公園周辺 | 行政委託 | 13 |
| 11月3日(木) | クリーンウォーキング | 事務所 | 主催 | 30(70) |
| 11月5日(土)・6日(日) | チアリーディング合宿(ジュニア) | 菅平プリンスホテル | 主催 | 48 |
| ~~11月23日(祝・水)~~ | ~~サイクリングフェスタ~~ | ~~田中家畑~~ | 補助金事業 | 雨天延期 |
| 11月26日(土)・27日(日) | チアリーディング合宿(シニア) | 菅平プリンスホテル | 主催 | 19 |
| 12月4日(日) | MIX・EMUバレエ合同発表会(12/3リハーサル) | 丸子セレスホール | 共催 | 96 |
| 12月24日(土) | チアリーディング　甲信越大会 | 県立佐久武道館 | 参加 | 70 |
| 令和5年1月4日(水) | 初詣スロージョギング | 生島足島神社 | 主催 | 20 |
| 1月14日(土) | チアリーディング　東京大会 | 駒沢公園体育館 | 参加 | 12 |
| 1月16日(月)～3月6日(月) | ガチダイエット 第三期(全8回) | 塩田公民館 | 主催 | 8 |
| 2月3日(金) | ジュニアバスケ体験会 | 塩田西小学校 | 主催 | |
| 3月4日(土) | 親子でマウンテンバイク | 田中さん畑 | 主催 | 21 |
| 3月18日(土) | 上田エンジェルス15周年記念発表会 | 丸子総合体育館 | 主催 | 200 |
| 3月25日(土) | チアリーディング全国大会 | 千葉県　幕張メッセ | 参加 | 2チーム参加 バーニングスター世界大会進出 |
| 3月30日(木) | チアリーディングクラブチーム大会 | 千葉県　幕張メッセ | 参加 | 22 |

# 令和4年度　活動計算書

（令和4年4月1日から令和5年3月31日まで）

特定非営利活動法人
うえだミックスポーツクラブ
（単位:円）

| 科目 | 金額 | | |
|---|---|---|---|
| Ⅰ経常収益 | | | |
| 1.受取会費 | | 19,144,795 | |
| 2.受取寄付金 | | 340,100 | |
| 3.受取助成金 | | 1,112,500 | |
| 4.事業収益 | | | |
| 外部指導収入 | 6,807,778 | | |
| 衣類販売収入 | 1,818,581 | 8,626,359 | |
| 5.その他収益 | | | |
| 家賃収入 | 331,180 | | |
| 受取利息 | 11 | | |
| 雑収入 | 97,753 | 428,944 | |
| 経常収益計 | | | 29,652,698 |
| Ⅱ経常費用 | | | |
| 1.人件費 | | | |
| 役員報酬 | 3,600,000 | | |
| 給料手当 | 8,917,000 | | |
| 講師謝金 | 5,352,205 | | |
| 法定福利費 | 1,693,403 | | |
| 福利厚生費 | 45,298 | 19,607,906 | |
| 2.その他経費 | | | |
| 期首商品棚卸高 | 276,087 | | |
| 仕入高 | 1,529,968 | | |
| 合計 | 1,806,055 | | |
| 期末商品棚卸高 | 254,349 | | |
| 売上原価 | 1,551,706 | | |
| 広告宣伝費 | 32,740 | | |
| 運賃 | 2,230 | | |
| 支払手数料 | 1,574,505 | | |
| リース料 | 550,655 | | |
| 諸会費 | 18,875 | | |
| 交際費 | 206,940 | | |
| 旅費交通費 | 549,300 | | |
| 通信費 | 461,528 | | |
| 事務消耗品費 | 44,141 | | |
| 消耗品費 | 337,317 | | |
| 租税公課 | 1,233,954 | | |
| 減価償却費 | 342,412 | | |
| 地代家賃 | 900,000 | | |
| 修繕費 | 40,700 | | |
| 水道光熱費 | 372,156 | | |
| 保険料 | 149,739 | | |
| 支払利息 | 2,378 | | |
| 雑費 | 34,152 | 8,405,428 | |
| 経常費用計 | | | 28,013,334 |
| 法人税・住民税及び事業税 | | | 71,000 |
| 当期正味財産増減額 | | | 1,568,364 |
| 前期繰越正味財産額 | | | △ 1,620,995 |
| 次期繰越正味財産額 | | | △ 52,631 |

# 令和4年度　活動計算書

（令和4年4月1日から令和5年3月31日まで）

特定非営利活動法人
うえだミックスポーツクラブ
（単位：円）

| 科目 | 金額 | | |
|---|---|---|---|
| Ⅰ経常収益 | | | |
| 1.受取会費 | | 19,144,795 | |
| 2.受取寄付金 | | 340,100 | |
| 3.受取助成金 | | 1,112,500 | |
| 4.事業収益 | | | |
| 外部指導収入 | 6,807,778 | | |
| 衣類販売収入 | 1,818,581 | 8,626,359 | |
| 5.その他収益 | | | |
| 家賃収入 | 331,180 | | |
| 受取利息 | 11 | | |
| 雑収入 | 97,753 | 428,944 | |
| 経常収益計 | | | 29,652,698 |
| Ⅱ経常費用 | | | |
| 1.事業費 | | | |
| (1)人件費 | | | |
| 給料手当 | 4,484,067 | | |
| 講師謝金 | 5,352,205 | | |
| 人件費計 | 9,836,272 | | |
| (2)その他経費 | | | |
| 期首商品棚卸高 | 276,087 | | |
| 仕入高 | 1,529,968 | | |
| 合計 | 1,806,055 | | |
| 期末商品棚卸高 | 254,349 | | |
| 売上原価 | 1,551,706 | | |
| リース料 | 550,655 | | |
| 旅費交通費 | 458,623 | | |
| 通信費 | 177,622 | | |
| 消耗品費 | 234,517 | | |
| 租税公課 | 619,080 | | |
| 地代家賃 | 452,581 | | |
| 水道光熱費 | 187,145 | | |
| 保険料 | 18,788 | | |
| その他経費計 | 4,250,717 | | |
| 事業費計 | | 14,086,989 | |
| 2.管理費 | | | |
| (1)人件費 | | | |
| 役員報酬 | 3,600,000 | | |
| 給料手当 | 4,432,933 | | |
| 法定福利費 | 1,693,403 | | |
| 福利厚生費 | 45,298 | | |
| 人件費計 | 9,771,634 | | |
| (2)その他経費 | | | |
| 広告宣伝費 | 32,740 | | |
| 運賃 | 2,230 | | |
| 支払手数料 | 1,574,505 | | |
| 諸会費 | 18,875 | | |
| 交際費 | 206,940 | | |
| 旅費交通費 | 90,677 | | |
| 通信費 | 283,906 | | |
| 事務消耗品費 | 44,141 | | |
| 消耗品費 | 102,800 | | |
| 租税公課 | 614,874 | | |
| 減価償却費 | 342,412 | | |
| 地代家賃 | 447,419 | | |
| 修繕費 | 40,700 | | |
| 水道光熱費 | 185,011 | | |
| 保険料 | 130,951 | | |
| 支払利息 | 2,378 | | |
| 雑費 | 34,152 | | |
| その他経費計 | 4,154,711 | | |
| 管理費計 | | 13,926,345 | |
| 経常費用計 | | | 28,013,334 |
| 法人税・住民税及び事業税 | | | 71,000 |
| 当期正味財産増減額 | | | 1,568,364 |
| 前期繰越正味財産額 | | | △ 1,620,995 |
| 次期繰越正味財産額 | | | △ 52,631 |

# 令和4年度　貸借対照表

令和5年3月31日現在

特定非営利活動法人
うえだミックスポーツクラブ

（単位:円）

| 科目 | 金額 | | |
|---|---|---|---|
| Ⅰ資産の部 | | | |
| 1.流動資産 | | | |
| 現金預金 | 1,895,453 | | |
| 未収入金 | 561,170 | | |
| 立替金 | 15,200 | | |
| 前払費用 | 75,000 | | |
| 棚卸高・貯蔵品 | 316,163 | | |
| 流動資産合計 | | 2,862,986 | |
| 2.固定資産 | | | |
| 建物付属設備 | 108,162 | | |
| 工具器具備品 | 312,390 | | |
| 一括償却資産 | 245,154 | | |
| 出資金 | 50,000 | | |
| 敷金 | 225,000 | | |
| 固定資産合計 | | 940,706 | |
| 資産合計 | | | 3,803,692 |
| Ⅱ負債の部 | | | |
| 1.流動負債 | | | |
| 買掛金 | 79,200 | | |
| 借入金 | 300,000 | | |
| 未払金 | 1,468,270 | | |
| 預り金 | 112,753 | | |
| 未払法人税等 | 71,000 | | |
| 未払消費税等 | 833,100 | | |
| 流動負債合計 | | 2,864,323 | |
| 2.固定負債 | | | |
| 長期借入金 | 992,000 | | |
| 固定負債合計 | | 992,000 | |
| 負債合計 | | | 3,856,323 |
| Ⅲ正味財産の部 | | | |
| 前期繰越正味財産額 | | △ 1,620,995 | |
| 当期正味財産増減額 | | 1,568,364 | |
| 正味財産合計 | | | △ 52,631 |
| 負債及び正味財産合計 | | | 3,803,692 |

# 財　産　目　録

令和 5 年　3 月 31 日 現在

| 科　　目 | | 金　　額 | |
|---|---|---|---|
| | | | 円 |
| Ⅰ　資　産　の　部 | | | |
| 1．流　動　資　産 | | | |
| 現金預金 | | | |
| 現　　金 | 42,545 | | |
| 普通預金 | | | |
| 八十二銀行塩田支店 | 1,836,234 | | |
| 上田信用金庫塩田支店 | 16,674 | | |
| 現　金　預　金　合　計 | 1,895,453 | | |
| 未収金 | 561,170 | | |
| 立替金 | 15,200 | | |
| 前払費用 | 75,000 | | |
| 棚卸高 | 254,349 | | |
| 貯蔵品 | 61,814 | | |
| 流　動　資　産　合　計 | | 2,862,986 | |
| 2．固　定　資　産 | | | |
| 建物付属設備 | 108,162 | | |
| 工具器具備品 | 312,390 | | |
| 一括償却資産 | 245,154 | | |
| 出資金 | 50,000 | | |
| 敷金 | 225,000 | | |
| 固　定　資　産　合　計 | | 940,706 | |
| 資　　産　　合　　計 | | | 3,803,692 |
| Ⅱ　負　債　の　部 | | | |
| 1．流　動　負　債 | | | |
| 買掛金 | 79,200 | | |
| 借入金 | 300,000 | | |
| 未払金 | 1,468,270 | | |
| 預り金 | 112,753 | | |
| 未払法人税等 | 71,000 | | |
| 未払消費税等 | 833,100 | | |
| 流　動　負　債　合　計 | | 2,864,323 | |
| 2．固　定　負　債 | | | |
| 長期借入金 | 992,000 | | |
| 固　定　負　債　合　計 | | 992,000 | |
| 負　　債　　合　　計 | | | 3,856,323 |
| 正　　味　　財　　産 | | | △ 52,631 |

上記は財産目録に相違ない。

特定非営利活動法人うえだミックスポーツクラブ

理事長　　荒川　玲子　　印

上記の通りご報告申し上げます。

5 年　6 月　/ 日

特定非営利活動法人　うえだミックスポーツクラブ

代 表 理 事　　荒川　玲子

監査の結果、いずれも適法かつ正確であることを認めます。

5 年　6 月　/ 日

監　　事　　塩沢　和佳

監　　事　　滝澤　恒明

# 令和5年度　うえだミックスポーツクラブ　事業計画(~~案~~)

～スポーツで人と地域をもっとしあわせに。～

《パートナーシップで地域と人に貢献する組織へと》

**・スポーツコミュニティカフェの運営**

・週2回の体にやさしい健康ランチの提供（木・金　カフェまめけん）

**・オリジナルグッツ等の販売**

・オリジナルウェア、Tシャツ等のスポーツウエアの販売

・アクセサリー、アロマグッズ等の販売

**・企業との連携**

・企業向け講演会講師の派遣

・上田エンジェルスのイベント出演

・上田ケーブルビジョンでの運動動画配信（プチエク）

・日置電機株式会社の社員健康増進事業（令和4年秋から徐々に復活）

**・保育園・小中学校との連携**

・チャレンジキッズ（保育園運動プロジェクト）5園×6回

・部活動の地域移行問題に関する調査・連携（各種会議出席1月25日に会議あり）

・塩田中学校での運動部活動支援（しおだっ子応援団として・・・冬季）

**・指導者の育成・スキルアップ**

・指導者連絡会の開催（指導者間交流と研修）

・安全講習会の開催（学校との連携事業を考慮）

・各種講習会の開催

**・NPO・各種団体との連携**

・一般社団法人上田市スポーツ協会、一般社団法人浅間リサーチエクステンションセンターとの「健幸都市うえだ」の連携（総合型地域スポーツクラブ連絡協として）

・侍学園スクオーラ今人の体育授業支援（ヨガ、レク、体カづくり、筋力アップトレーニングなど）

・上田市内の総合型連絡協議会連携事業（アリオウォーキング等イベント等の共同開催）

・東御市身体教育医学研究所との協力連携

・上田市高齢者学園　授業、クラブ活動講師派遣

・ブリリアントアリーズ（バレボール）の応援とプロモーション協力

**・行政との連携**

・上田市健康推進課　各種健康講座指導者派遣　（女性向け、親子向け）

・上田市ウォーキング講座　委託事業（4回）

・上田市健康推進課　チャレンジキッズプログラム　講師派遣事業（5園30回）

・上田市健康推進課　あたま・からだ元気体操　委託事業（塩田6月～10月）

・上田市高齢者介護課　介護予防教室の担当（上田・真田・武石　計59回）

・上田市高齢者介護課　地域リハビリテーション事業　指導者派遣　（27か所各月1回）

・立科町保育園・児童館での運動あそび指導委託・子育てをする親への支援（各月1回）

・東信教育事務所働き盛りのための健康セミナー（動画配信と企業連携）

・塩田まちづくり協議会への参画・健康福祉部（足腰らくらく運動クラブ10回）

・茅野市、諏訪市ベビーダンス（年間合計15回）

・御代田町介護予防教室講師派遣（地域包括支援）

**・活動拠点開拓**

・既存の活動場所の枠を越えて可能性を開拓していく。

**定期講座の開催**：別紙参照

# 令和5年度　うえだミックスポーツクラブ　事業内容 ~~(案)~~

定期的な講座

| 幼児・小学生の体づくり | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 教室名 | 対象 | 曜日 | 時間 | 場所 |
| 運動遊び教室（幼児） | 年中児・年長児 | 土曜日 | 9:00～10:00 | 自然運動公園総合体育館 |
| 運動遊び教室（児童） | 小1年生～小3年生 | 不定期 | 10:20～11:30 | |
| スキルアップジュニアバスケ | 小5年生～中3年生 | 木曜日 | | 自然運動公園総合体育館 |
| エンジョイジュニアバスケ | 小1年生～小6年生 | 金曜日 | 19:00～21:00 | 塩田西小学校等 |
| 文化講座 | | | | |
| キッズ★英語 | 小中学生（レベル別） | 月曜日 | 16:00～18:00 | クラブ事務所 |
| 健康・リフレッシュ | | | | |
| シニア筋力・バランスカアップ教室 | 60歳以上 | 水曜日 | 9:30～11:00 | 塩田公民館 |
| 楽椅子健康体操 | 年齢不問 | 火曜日 | 9:30～10:30 | |
| 背骨コンディショニング | 年齢不問 | 木曜日（2.4） | 10:00～11:00 | |
| からだ調整教室 | 年齢不問 | 木曜日（1.3.5） | 10:15～11:30 | |
| フィットネス系 | | | | |
| 午後ヨガ | 年齢不問 | 木曜日 | 13:30～14:30 | 塩田公民館 |
| 金ヨガ | 年齢不問 | 金曜日 | 19:00～20:00 | |
| 男ヨガ | 男性 | 水曜日 | 19:40～20:40 | |
| クラブ | | | | |
| チアリーディングチーム<br>上田エンジェルス | リトル（幼児） | 月曜日 | 17:00～18:00 | 塩田公民館 |
| | ジュニア育成 | 月曜日 | 17:00～18:30 | |
| | | 金曜日 | 17:00～19:00 | |
| | ジュニア選抜 | 木曜日 | 17:00～18:30 | 丸子総合体育館 |
| | | 土曜日 | 9:00～12:00 | 塩田公民館 |
| | シニア | 月曜日 | 18:30～21:00 | |
| | | 土曜日 | 13:30～16:00 | |
| 硬式テニスクラブ | 年齢不問 | 木曜日 | 10:00～12:30 | 自然運動公園屋内テニスコート |
| ゆるチャリ倶楽部（冬季休み） | 年齢不問 | 土曜日（月1回） | 9:30～11:30 | クラブ事務所 |
| にこにこスロージョギング® | 年齢不問 | 土曜日（月2回） | 7:00～8:00 | 塩田地域 |

| | 区分 | 金額 | 備考 |
|---|---|---|---|
| 入会金 | 大人（高校生以上） | 2000円 | |
| | 子供（中学生以下） | 1000円 | |
| | 家族（同居家族） | 5000円 | 同居家族であれば何名でも可 |
| 年会費 | 大人（高校生以上） | 2500円 | （スポーツ安全保健任意加入） |
| | 子供（中学生以下） | 2000円 | （スポーツ安全保健任意加入） |
| | 家族（同居家族） | 5000円 | 同居家族であれば何名でも可 |

その他　ガチダイエット、早朝ヨガ,アウトドアイベントなど、不定期随時開催

## 【令和5年度　うえだミックスポーツ 事業・イベント等 予定】

| 日　程 | 内　容 | 会　場 | | 広報 |
|---|---|---|---|---|
| 4月1日(土) | 運動あそび教室初回 | 自然運動公園総合体育館 | 主催 | 4月号 |
| 4月5日(水) | 別所地域 桜ウォーキング(健幸W①) | あいそめの湯-別所温泉周辺 | 行政委託 | 3月号 |
| 4/25～5/1 | チアリーディング世界大会 | アメリカ　フロリダ | | |
| 4月29月(土) | チアリーディング講習会 | 丸子総合体育館 | 参加 | |
| ~~5月8日(月)～6月26日(月)~~ | ~~ガチダイエット夜 第一期(全8回)~~ | ~~塩田公民館~~ | 主催 | 4月号 |
| 5月20日(土) | 別所線と走ろう・歩こう | 別所線周辺 | 共催 | |
| 6月3日(土) | あたま・からだ元気体操　開始 | 塩田 | 行政委託 | |
| 6月5日(月) | バラウォーキング(健幸W②) | 信州音楽村周辺 | 行政委託 | |
| 6月6日(火) | 理事会 | クラブ事務所 | | |
| 6月17日(土)～18日(日) | チアリーディング合宿 | 菅平プリンスホテル | | |
| 6月18日(日) | 総　会 | 塩田公民館 | | |
| 7月1日(土)～2日(日) | チアリーディング合宿 | 菅平プリンスホテル | | |
| 7月8日(土) | あたまからだ健幸フェア | イオン上田 | 共催 | |
| 7月16日(日) | チアリーディング大会 | 武蔵野の森 総合スポーツプラザ | | |
| 7月31日(月) | チアリーディング体験会 | 塩田公民館 | | |
| 7月31日(月)～8月4日(金) | 朝ヨガ　開始(全5回) | 塩田公民館 | 主催 | 7月号 |
| 9月1日(金) | 蓮ウォーキング(健幸W③) | 塩田地区 | 行政委託 | |
| 9月18日(月) | 総合型主催 親子スポーツフェス | 城跡公園 | 共催 | |
| 10月14日(土)・15日(日) | JAM FEST JAPAN チアリーディング大会 | アリーナ立川立飛 | | |
| 10月16日(月)～12月4日(月) | ガチダイエット 第二期(全8回) | 塩田公民館 | 主催 | 9月号 |
| 10月20日(金) | 塩田平ウォーキング(健幸W④) | 塩田平 | 行政委託 | |
| 11月3日(金) | クリーンウォーキング | 事務所 | 主催 | |
| 11月4日(土)・5日(日) | チアリーディング合宿 | 菅平プリンスホテル | 主催 | |
| 11月23日(祝・木) | MIXフェスタ | 事務所・田中さん畑 | | 10月号 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 12月16日(土) | チアリーディング甲信越大会 | 千曲市ことぶきアリーナ | 参加 | |
| 1月6日(土) | 初詣スロージョギング | 生島足島神社 | 主催 | 12月号 |
| 1月15日(月)～3月11日(月) | ガチダイエット 第三期(全8回) | 塩田公民館 | 主催 | 12月号 |
| 3月23日(土) | チアリーディング全国選手権大会 | 千葉県　幕張メッセ | 参加 | |
| 3月28日(木) | チアリーディング選抜クラブチーム大会 | 千葉県　幕張メッセ | 参加 | |

NPO法人うえだミックスポーツクラブ　**令和5年度**　予算(~~案~~)

| | |
|---|---|
| 収入合計 | 31,500,000 |
| 支出合計 | 31,500,000 |
| 差引 | 0 |

| 収入の部 | 本年度予算 | | 昨年度決算 | 昨年度予算 | |
|---|---|---|---|---|---|
| 区分 | 金額 | | | | 詳細 |
| 受取会費 | 19,060,000 | 500,000 | 19,144,795 | 18,670,000 | 年会費 |
| | | 120,000 | | | 入会金 |
| | | 16,000,000 | | | 教室月謝(チア・バスケ・運動遊び) |
| | | 1,240,000 | | | 受講料(月会費以外の定例講座収入費用) |
| | | 1,200,000 | | | 特別講座収入(短期講座・合宿等) |
| 外部指導収入 | 5,800,000 | | 6,807,778 | 6,250,000 | 上田市連携事業・各種派遣講師代 |
| 施設使用料 | 240,000 | | 331,180 | 300,000 | カフェ運営・施設連携使用料(20,000×12) |
| 補助金・助成金収入 | 0 | | 1,112,500 | 130,000 | |
| 衣類・グッズ等販売費 | 5,900,000 | | 1,818,581 | 1,750,000 | ユニフォーム・Tシャツ・グッズ販売 |
| 寄付金 | 300,000 | | 340,100 | 300,000 | 賛助企業・会員寄付 |
| 雑収入・利息・その他 | 200,000 | | 97,753 | 200,000 | 雑貨販売・利息等 |
| | 31,500,000 | | 29,652,687 | 27,600,000 | |

支出の部

| 区分 | 金額 | 金額 | 金額 | 詳細 |
|---|---|---|---|---|
| 仕入高 | 5,000,000 | 1,529,968 | 1,500,000 | ユニフォーム注文等 |
| 給与手当 | 12,480,000 | 12,517,000 | 12,240,000 | クラブマネージャー・アシスタントマネージャー賃金・事務職員賃金 |
| 法定福利費・福利厚生費 | 1,898,000 | 1,738,701 | 1,868,000 | 健康保険・厚生年金保険・労働保険(含む指導協会支払) |
| 広告宣伝費 | 250,000 | 32,740 | 250,000 | チラシ作成費・HPコンテンツ使用料・パンフレット作成料 |
| 講師謝金 | 4,000,000 | 5,352,205 | 4,400,000 | 講師謝金等 |
| リース料 | 600,000 | 550,655 | 650,000 | コピー機・パソコンリース |
| 交際費 | 200,000 | 206,940 | 200,000 | 祝儀等 |
| 旅費・交通費 | 1,900,000 | 549,300 | 500,000 | 職員/指導者交通費/遠征費 |
| 通信費 | 450,000 | 461,528 | 742,000 | ハガキ・切手・各種郵送代 |
| 事務用品費 | 100,000 | 44,141 | 200,000 | 文具等 |
| 消耗品費 | 500,000 | 337,317 | 800,000 | スポーツ用品等 |
| 地代・家賃 | 900,000 | 900,000 | 900,000 | 事務所家賃　7.5万円×12ヵ月 |
| 水道光熱費 | 432,000 | 372,156 | 400,000 | 電気・ガス・水道代 |
| 保険料 | 150,000 | 149,739 | 250,000 | 定期講座に関する保険・火災保険等 |
| 減価償却費 | 300,000 | 342,412 | 300,000 | 備品等 |
| 租税公課 | 1,300,000 | 1,233,954 | 1,100,000 | 消費税等 |
| 予備費・雑費 | 1,040,000 | 1,694,578 | 1,300,000 | 研修費等 |
| | 31,500,000 | 28,013,334 | 27,600,000 | |