

認定 番号	団体 団体名	種目	構成員数	活動日		活動時間			活動場所 主な利用施設	会費 金額	備考欄・その他	活動内容	団体の紹介(100字程度)	団体の地域貢献 アピールポイント				
				活動週	曜日	時	分	時							分			
1	OTC	硬式テニス	25人	毎週	土・日曜日 祝日	9	00	~	13	00	半年10,000円 または 1回ごとに500円	年6回ほど地方大会に参加	硬式テニスの練習、地方大会への出場	初心者クラスから中級クラス以上の人達が和気あいあいとテニスの上達を目指して練習中心でやっています。	誰でもテニスをやってみたいという人を分け隔てなく相手しています。			
2	村上地域整備部 野球部	野球	13人	毎週	水曜日	18	00	~	19	30	1か月500円	7月に地区予選、9月に県大会に参加予定	野球の練習、大会への参加	土木部野球部の大会でよい成績が残せるよう、毎週仲間同士、切磋琢磨しています。	特になし			
3	村上ビーチボール同好会	ビーチボールバレー	48人	毎週	水曜日	9	00	~	11	00	年会費1,000円	なし	ビーチボールゲーム	ビーチボールは、ビーチボールを使ったバレーボールです。4人1チームで、バドミントンコートでゲームを行います。若者男女年齢を問わず誰でも楽しめるスポーツです。何よりも体を動かすことの楽しさや仲間との交流することの喜びが味わえます。	健康のために体を動かしたい方、仲間づくりをしたい方など、どなたでも、いつからでもみんなと一緒に活動ができます。毎週水曜日の午前9時から11時まで村上体育館で活動をしていますので、ぜひ、一度見学にお越しください。皆さんのお越しをお待ちしております。			
4	村上グラウンドゴルフ協会	グラウンドゴルフ	48人	毎週	4~11月: 月・火・木・金曜日 12~3月:月・金曜日 12~3月:水曜日	9	00	~	11	00	年会費3,000円	なし	グラウンドゴルフの練習及び各種大会の参加	グラウンドゴルフは、生涯スポーツとして男女、年齢問わず誰もが楽しめるスポーツです。夏場は屋外で冬場は室内で年間通して活動しています。プレーで体を動かし仲間との交流で喜び合い魅力いっぱいです。初めての方大歓迎です。ぜひ、見学にお越しください。	年間行事として、春(5月)、秋(10月)に村上市民グラウンドゴルフ大会をNPO法人ウェルネスむらかみと村上グラウンドゴルフ協会が主催をして開催しています。初めての方も楽しめる大会ですので、たくさんのお越しをお待ちしています。用具のない方には、貸し出しもしています。			
5	テニスソフトサークル	ソフトテニス	11人	毎週	月・木曜日	10	00	~	12	00	年4,450円	なし	軟式テニス練習、テニスを通して仲間づくり	週2回荒川総合体育館で活動しています。他地域の方でも気楽に参加できます。	初心者の方でも誰でも参加できます。			
6	KID CLUB	ソフトバレーボール	11人	毎週	日曜日	19	00	~	21	00	月500円 (社会人のみ)	なし	ソフトバレーボールを通じて体力維持を図る。	小規模な団体ですが、集まり練習は和気あいあいと行っています。	地元根付き活動している事。			
7	上大町グラウンドゴルフ愛好会 (K・G・A)	グラウンドゴルフ	24人	毎週	月・水・木曜日	13	00	~	15	00	年会費1,000円 総会費 男性2,000円 女性1,500円 月例会 男性1,500円 女性1,000円	3月下旬~12月上旬で活動予定 月例会は、ほぼ第4日曜日	グラウンドゴルフの練習と月例会 他チームとの交歓試合を通じての親睦仲間づくり	我、上大町グラウンドゴルフ愛好会のチームは、数ある他の岩船地区との交歓試合でも圧倒的に強いチームです。	会員の30%の方々が「岩船小学校のプール清掃」や「いわくすの里の草刈」等のボランティアに行っています。			
8	ECHIGO歩こう会	ウォーキング	25人	月1回 毎週	4. 5. 6. 10. 11月:土曜日 (さわやかウォーク) 7. 8. 9月:土曜日 (夏季早朝ウォーク) 12. 1. 2. 3月:火・金曜日 (冬季ウォーク)	-	-	~	-	-	年会費2,500円 (主に通信連絡費に充当)	なし	1. ウォーキング振興のため定例及び過時のウォーキング 健康、歴史・文化、自然探訪、社会奉仕ウォーキングほか 2. ウォーキング普及振興事業の実施 ウォーキング教室ほか 3. その他会の目的に関する事業	・歩くことを通じて健康の維持・増進と、仲間づくりを目的としている会です。 ・明るく元気で、笑顔の絶えない前向きな会です。 ・歩く力に応じた距離や、時間、個々のウォーク力、コース等に配慮しています。	私達の「ECHIGO歩こう会」は、発足以来村上市内内外の住民に広く活動をPRし、多くの参加者を受けて今に至っています。 ・ウォーキング教室で歩き方や、筋トレを通じ健康維持を図る。 ・小学校秋の遠足引率ボランティアに希望者参加。他			
9	村上ロイヤルズ	軟式野球	20人 (不定期)	(不定期)	(不定期)	-	-	~	-	-	年額5,000円	長野寿野球、市民野球、朝日地区ナイター野球への参加 岩船運動公園 朝日多目的グラウンド	自己の健康維持と会員相互の親睦を図ること を目的として、地域内等の野球大会参加と野球人口拡大を目指している。	昭和52年設立と古い歴史を持つ野球チームです。40代~60代のメンバー中心で活動しており、5月には長野寿野球大会へ参加しています。 野球底辺の拡大を目的として年齢に応じた楽しむことを心がけています。 身体の衰えを頭脳と話術でカバーするロートルチームです。	スポーツ少年団チームや、中学生の硬式野球教室のスタッフとして参加しているメンバーが多く、野球底辺の拡大に寄与していると思っています。			
10	岩球クラブ	野球	20人	毎週	土曜日	13	00	~	15	00	年1,000円	2~3回の対外試合、岩中スポーツフェスティバルに参加	会員の健康維持と野球技術向上を目指すとともに、会員相互の親睦を図る。	原則連帯を迎えた会員が、それぞれの健康維持と野球技術向上を目指すとともに、会員相互の親睦を図っています。 年に2~3回対外試合を行い、成果を試しながら和気あいあいと楽しんでいる。	岩船中学校のスポーツフェスティバルに参加し、中学校の野球部活動にも先輩の立場からの感想やアドバイスを行う。 また、地区スポーツ行事等のスタッフとしても積極的に参加し、地区のスポーツ活動を支援している。			
11	藤沢グラウンドゴルフ	グラウンドゴルフ	11人	第2・3・4週 第2・4週	4~11月:水曜日 12~3月:水曜日	13	30	~	15	30	年会費1,000円	なし	グラウンドゴルフの練習と健康づくりと人とのふれあい、会員相互の親睦と融和を図るための活動	藤沢という名称はありますが、誰でも参加、加入できるグループです。また、グラウンドゴルフのうまくない人も皆様方、会員の方は誰でも仲良くできる大変良いサークルです。	(未記入)			
12	山北グラウンドゴルフクラブ	グラウンドゴルフ	32人	毎週	4~11月: 月・木・金曜日 12~3月: 月・木・金曜日	9	30	~	11	30	年間3,000円 (新規入会者については、会費の外に入会金2,000円)	山北高嶺大学開校の週には、火曜日も練習日とする。	グラウンドゴルフの普及活動、技術向上のための練習会の開催及び各種大会への参加等	グラウンドゴルフは、適度な運動量と仲間づくりによって、心身の健康づくりに大いに役立つと感じています。 このスポーツは基本的にはチームプレーではなく、成績の良し悪しはプレーヤー(自己)の責任のため、練習や試合でも気楽に参加できるのが特徴です。	クラブ活動を通して協力心が動長されるように感じる。 クラブ活動の目的の一つである健康づくりに伴い、医療費の軽減にも期待できる。			
13	ウェルネスクラブ	スポレック ビーチボールバレー 健康太極拳	32人 (うち13人) 32人 (うち10人) 32人 (うち11人)	毎週 毎週 第1. 2. 4週	水・金曜日 金曜日 月曜日	19	30	~	21	00	スポレック4,000円(年) ビーチボール1,000円(年) 健康太極拳500円(1回)	なし	スポレック・ビーチボール・健康太極拳の普及、健康づくり	ウェルネスクラブは、スポレック、ビーチボール、健康太極拳と3種類のスポーツを行っています。いずれも気軽に始められる、健康づくりにオススメのスポーツです。一緒に楽しみましょう。	スポレックは村上市でも普及しているスポーツです。大会に参加し他団体との交流も深めています。			
14	県剣道連盟 居合道部 村上支部	居合道	7人	毎週	木曜日 土曜日	10	00	~	12	00 14	00	~	16	00	年会費3,000円	なし	居合道の稽古を通して心身の健康を図る。 日本剣道連盟制定居合と併せて夢想神伝流(古流)の稽古を行っている。	市武道協会の参加団体として地域武道の発展に貢献している。
15	室内ゲートボールの会	ゲートボール	8人	毎週	水曜日	9	00	~	12	00	年400円	なし	毛球を使ってゲートボールの練習をする。	・冬場の運動不足の解消をはかります。 ・練習試合を通じ技術の向上をはかります。 ・皆で楽しく練習をします。	・村上市に住む高齢者の健康増進を考えています。 ・会員相互の親睦をはかり楽しくゲートボールをしています。			
16	クローバークラブ	フォーマンテニス	14人	毎週	月曜日 木曜日	9	00	~	11	00 13	00	年3,000円	なし	フォーマンテニスを通じての仲間づくり	今現在は14名女性だけですが限定はしていません。 60歳以上から80歳以上の人達が体にやさしく健康的に動ける4対4で行なうテニスです。	体を動かし健康であることは地域貢献につながると思います。		
17	村上舞鶴グラウンドゴルフ会	グラウンドゴルフ	30人	毎週	月・水・金・日曜日	8	40	~	11	30	年会費1,000円 入会金1,000円	なし	グラウンドゴルフの練習及び大会参加	心身の健康増進と会員相互の親睦を図る。	(未記入)			
18	HICK	バスケットボール	15人	毎週	金曜日	19	00	~	21	00	年間2,000円	なし	バスケットボールで交流を図る。	村上市岩船部の20代を中心に集まり、バスケットボールを楽しんでいます。 年4~5回大会へも出場します。 区域外の方も歓迎します。	地域で行われるバスケ大会には積極的に参加し、大会運営等の協力をします。			
19	セクシーダイナマイト	バレーボール	11人	10月~翌1月 毎週	火曜日	19	00	~	21	00	あり 必要に応じて	なし	バレーボールの技術向上及びスポーツを通じての親睦を図る。	バレーの経験の有無・年齢関係なく、バレーボールを楽しんでいます!!	市内の大会等へ参加することで、地域のスポーツ振興に協力する。			
20	ソフトテニスサークル	ソフトテニス	10人	毎週	月・木曜日	9	00	~	12	00	月500円	なし	ソフトテニスを通じて心身の健康を図る。	ソフトテニス好きな仲間が集まって試合形式の練習をしながら日・日のストレス発散、手・足・頭の衰えを防ぎながら楽しく運動しているサークルです。	運動を通して毎日の健康づくりに努力しています。			
21	岩船スポーツクラブ	ストレッチ体操 ウォーキング(軽) バレーボール 卓球	49人	毎週	水曜日	19	00	~	21	00	年2,000円	なし	運動を通じ会員相互の親睦を図る。	運動を通じ会員相互の親睦を図る。	(未記入)			
22	KISH	ソフトバレーボール	8人	毎週	金曜日	19	00	~	21	00	年額4,500円	なし	ソフトバレーボールの練習・交流	メンバーは村上市出身者をメインで活動しています。 バレーボールを通じて出会い、仲間になり今があります。 県外の大会へも参加しており、幅広く活動しています。 バレーを通じて仲間づくりや、大会では上位入賞を目指して活動しています。	初心者の方や、ママさん世代の参加を募集し、バレーボールを通して「体力づくり」や「多世代との交流」を目指しています。			
23	ミドルクラブ	野球	20人	毎週	火曜日	19	00	~	21	00	年5,000円	3~4月は毎週金曜日も活動。 5月第2日曜日、寿野球全国大会に参加予定。	野球を通じて、心身の健康を図る。	私達ミドルクラブは、野球小僧精神を繋いで行く事は基より、野球人口が減少する中、一人でも多く仲間に入ってもらいたいと頑張っています。	まだ野球をやりたい人のための受皿となり、一人でも多く長く野球ができるよう、また、長野県での寿野球全国大会では、村上市のアピールを行っています。			
24	3B体操美々	体操	30人	毎週	月曜日	10	00	~	11	00	1か月1,500円	なし	3B体操、会員相互の親睦	ポール、ベル、バルターの3つのBの道具を使い、音楽に合わせて、誰でも楽しみながらできる健康体操です。「人生の最後まで自分ごとが自分でできる生活」を目指して筋トレ、脳トレ、笑いあり、和気満々で「3B体操」楽しんでいます。	平均年齢70歳と年々高くなってきていますが毎週20人前後の参加者でフレイル予防に取り組んでいます。高齢者の多い地域でシルバー世代の元気な集団として注目されています。			

25	Win山北	バレーボール	17人	毎週	木曜日	19	30	～	21	15	山北総合体育館	年間6,000円	なし	バレーボールの練習、年間5回の大会出場	平成5年にチーム発足以来、バレーボール大好きママさんが集まって活動しています。ママさんの旦那様や子供達、青年や独身の女性も一緒にバレーボールを楽しんでいます。	毎年山北地区で開催される笹川流れマラソン大会にボランティア2名派遣しています。今後も地域の一員として活動していきたいと思っています。
26	熟年の会	ビーチボールバレー	15人	毎週	月曜日	15	00	～	16	00	村上体育館	年1,000円	なし	ビーチボールを通じて仲間づくりと心身の健康維持	会員は50代～80代と多様ですが、皆さん元気で年齢を感じさせません。ビーチボールは高齢者でも継続可能な軽スポーツであることが何よりの利点です。	村上でビーチボールが盛んになって20年以上経ちますが、年齢を問わず身体に負担の少ないスポーツです。ビーチボールで運動不足とストレス解消にと、現在も皆さん元気に参加されています。
27	村上卓好会	卓球	40人	毎週	月曜日 木曜日 水曜日 土曜日	9 13 13 9	00 00 00 00	～	11 15 15 11	00 00 00 00	村上体育館 村上体育館 瀬波体育館	年間4,000円 (令和2年度実績)	曜日や会場の都合により午前の場合と午後の場合があります。練習に日程は毎月カレンダーを配布し、お知らせしています。	本会は、会員が卓球を楽しみ、その技術の向上を図るとともに、卓球の普及と健康・福祉増進に努めることを目的に活動する。 本会は昭和53年に設立し、40年以上の長きにわたり活動してまいりました。会員は中学校・高校の部活から経験してきた者や、定年後のリフレッシュとして始めた初心者など経験も技術もまちまちですが、会の名称が示すとおり、卓球が好きだという共通点で集まっているメンバーです。	本会の会員の多くはシニア世代であり、健康意識の高い年代です。新発田市や胎内市のサークルとの交流大会に年3回参加しています。(各地区が主催する大会、一回は卓好会主催)市内外の大会にも多くのメンバーが参加し、入賞者も出ています。卓球はジャンプやダッシュなどの極端な動作が少ないことから、高齢者にも適したスポーツであります。	
28	ラージボール卓球会	ラージボール卓球	35人	毎週	金曜日	13	00	～	15	00	村上体育館アリーナ	年間1,000円 (令和2年度実績、多少の変動あり)	なし	ラージボール卓球を通じて心身の健康と会員相互の親睦をはかることを目的に活動しています。	当会は新卓球(ラージボール)を楽しむクラブです。ラージボールは通常の卓球(40ミリ)より一回り大きい44ミリのボールを使用するため、ラリーが続き、回転数も少なく、初心者でも十分楽しめるスポーツです。	卓球は優れた有酸素運動であり、健康増進には最適なスポーツです。初心者でも十分に楽しめるラージボール卓球を毎年行っております。通常の卓球とボールの大きさ以外にルール上細かい規定はありますが、とりえずどんなラケットでも練習には参加できます。
29	ナイトサバイブ	バレーボール	10人	毎週	火・金曜日	19	30	～	21	00	瀬波小学校体育館 山辺里小学校体育館	年額2,000円	なし	バレーボールの練習と仲間づくり	当団体は、週2回のバレーボールの練習を通してバレーボールの技術向上と仲間づくりを目的に活動しております。年齢、経験関係なく会員を募っております。	現在6人制バレーボールの競技人口が減少しておりますので、バレーボールの普及のため、他クラブとの交流を積極的に行っております。また、次世代の育成に力を入れております。
30	ラマンズ	バレーボール	7人	毎週	土曜日	19	30	～	21	30	山辺里体育館	年500円	地域の試合に参加。	毎週一回土曜日7:30～9:30(夜)バレーボールの練習。	シニアの年代で構成しているチームなので、いつ止めようかと悩みつづも健康と笑いのために続いているチームです。仲間になっていただける方は、いつでも歓迎します。楽しいチームです！	毎年行われている地域バレーボール大会に参加しています。自分の子や孫の世代の方々と試合ができるのは、うれしく、ありがたいことです。笑われながらもがんばっています。(令和2年度はコロナの為に中止になり残念です)
31	ソフト1・2・3	ソフトテニス	10人	毎週	金曜日	9	00	～	12	00	荒川総合体育館アリーナ	1か月400円	なし	ソフトテニスを通じて心身の健康を図る。	会設立から7年目に入りそろそろ上級、中級者の仲間に入りました。基礎練習を主とし技術向上を目指しながら和気あいあいと笑顔あふれる会です。	(未記入)
32	荒川スポレック同好会 ポバイ	スポレック	12人	毎週	月曜日	19	30	～	21	00	金屋小学校体育館	年2,500円	なし	スポレックを通じて心身の健康を図る。	村上市のスポレックのクラブ活動として、神林、朝日、村上に次4つ目に発足して7年目に入ります。会員数も少なく、同好会として活動しておりますが、若い人たちの入会を募集しております。50～70歳の同好会員が多く楽しく活動しております。	会員は50～70歳の人が多く、会社、団体職員として村上市に貢献している人がたくさんいる団体です。また、練習に参加していた中学生も高校生となり、若い人、高齢者も一緒に楽しく活動できる団体です。プレー、ルール等も指導しておりますので新入会会員の参加(単発)をご案内申し上げます。
33	荒川卓球クラブ	卓球	15人	毎週	火・金曜日	9	00	～	12	00	荒川総合体育館アリーナ	年会費1,000円 参加費100円/回	なし	卓球を通し会員の心身の健康増進を図る。	会員の多くは65歳以上の高齢者ですが、皆さん元気で卓球を楽しんでいます。市外者も数人混じっているが仲良くやっています。	市民に広く戸を開き、卓球を楽しみながら会員の健康づくりを目標にしています。これからも宣伝に努め、会員を増やしていきたい。
34	村上市山北地区バドミントン連盟	バドミントン	13人	毎週	水・金曜日	19	30	～	21	00	山北総合体育館アリーナ	なし	なし	バドミントン	年相応に汗を流して活動しています。他地域で開催している大会にも積極的に参加しています。	毎年、笹川流れマラソン大会に競技役員を派遣して大会運営に協力しています。
35	山北卓球クラブ	卓球	11人	毎週	月・木曜日	19	00	～	21	00	山北総合体育館アリーナ	1年間3,000円	なし	卓球を主体として活動し、技術向上と、あわせて会員相互の親睦をはかる。	山北総合体育館を拠点に、20代～70代までのメンバーで週2回、定期的に活動しています。硬式の卓球に加え、幅広い年齢層の方が楽しめる「ラージボール」や村上市内外の大会への出場など、いろいろな活動を積極的にしている卓球クラブです。	スポーツ少年団チームや、中学校の部活動などで、指導者として技術指導などを行う活動を定期的に行っています。
36	山北ミニテニス連盟にこにこクラブ 山北ミニテニス連盟八幡スポーツクラブ	ミニテニス	24人 (うち11人)	毎週	月曜日 水曜日	19 19	30 30	～	21 21	00 00	山北総合体育館 さんぼく小学校体育館	年間約4,000円 (会費、ボール代、体育館使用料等)	なし	ミニテニスの練習により体力の向上及び会員相互の親睦を図る。	「ミニテニス」とは、テニスラケットを小さくしたものとビニール製の大きなボールを使いバドミントンコートでプレイします。ゲームはダブルスで行い、サービスからレシーブまですべてワンバウンドしたボールを打ちます。山北ミニテニス連盟には、府屋地区、勝木地区の2カ所に愛好者クラブを有しています。	高齢化がますます進む社会状況の中で「生涯スポーツ」として手軽に健康体力づくりが出来るスポーツです。お互いの年齢や体力に応じてゲームを楽しめるのも特徴です。村上市では2カ所の体育館で練習しています。愛好者のなかには80歳を超える方もおり、和気あいあいに練習・大会に参加しています。見学・参加は大歓迎です。 お待ちしております。
37	愛庭クラブ	ソフトテニス	7人	毎週	火・金曜日	15	00	～	17	00	村上体育館アリーナ	1か月500円 (年間6,000円)	なし	ソフトテニスを通じて、健康増進と技術向上および親睦を深める。	全員が高齢者ですが、ソフトテニスを通じて楽しく交流することにより、親睦が深まり、結果としてストレス解消と健康保持につながっています。	初心者の参加を歓迎しています。
38	八日市グランドゴルフクラブ	グラウンド・ゴルフ	15人	4月～10月 毎週	水曜日	13	00	～	15	00	岩船運動広場	なし	11月～翌3月は八日市市民会館でポッチャをしています。	毎週水曜日午後1時～3時	(未記入)	(未記入)
39	クローバー	ソフトバレーボール	13人	毎週	水・金曜日	19	00	～	21	00	保内小学校体育館	年2,000円	なし	ソフトバレーボールの技術向上	20代～60代までソフトバレーを通じ上下関係なくスポーツを楽しめる団体です。市内外の各大会に積極的に参加し他チームとの交流も図っています。	スポーツを楽しみ、交流を楽しむ事により、この地域に住む魅力を向上しています。
40	荒川ビーチボールクラブ	ビーチボールバレー	10人	毎週	木曜日	19	30	～	21	30	荒川総合体育館アリーナ	年間3,000円 (1,500円/半期4月 10月)	なし	ビーチボール練習を通じ、コミュニケーションをとり、心身ともに健康を図ることを目的とし活動する。	ビーチボールを使いバレーを行うクラブです。ビーチボールなので球は柔らかく、子供から中高年まで幅広く行えるスポーツとして知られています。特にシニア経験は必要としません。最初の数か月は会費も徴収していませんので、お気軽にお越しください。	特になし
41	あさひスポレック同好会	スポレック	8人	毎週	月曜日	19	30	～	21	00	朝日さくら小学校体育館	100円/回	月曜日が祝日に当たる場合は、休みになります。	健康維持・体力向上と生涯スポーツとして活動している。	スポレックは、世代を越えてどなたでも一緒にプレーができ、仲間づくり及び気軽に参加できる団体です。	当団体は、競技志向の方には物足りないと思いますが、会員同士が和気あいあいと楽しく活動できる団体です。
42	ナーレイアアオカマイル荒川	フラダンス	9人	第2・3・4週	金曜日	19	00	～	21	00	荒川総合体育館会議室	年額1,500円	なし	フラダンスの練習	優雅な曲と踊りがリフレッシュでき、体力づくりもできます。1曲は約3ヶ月ぐらいで覚えるため、ゆっくりしたペースで習得できます。	各種イベント、ボランティアなどに参加したいと思います。入会は随時受け付けております。見学、体験お待ちしております。
43	村上ソフトテニスクラブ(MTC)	ソフトテニス	28人	毎週	火・木曜日	11	00	～	13	00	村上体育館アリーナ	年3,500円	土・日曜日は市ソフトテニス連盟の合同練習として、自由参加で瀬波テニスコートで活動。	ソフトテニスの練習、ソフトテニスを通しての仲間づくり	中高年のソフトテニス大好き人間の集まりです。毎週火・木曜日の定期練習の外、年3回お楽しみ大会(団体戦)を実施。終了後の懇親会も大いに盛り上がりしています。「昔はテニスやっていたんだけどな…」と思い悩んでいる方、勇気を出して練習に顔を出してみませんか！	当クラブは、市ソフトテニス連盟の元祖クラブとして、その発展・普及に中心的な役割を担ってきました。現在は連盟下の特色ある11のクラブが、市民皆スポーツの実践に向けて、初心者から上級者まで、子供から高齢者まで多様に受け入れ活動しています。
44	フライデー	ソフトテニス	12人	毎週	火曜日 水曜日	13 11	00 00	～	15 13	00 00	村上体育館	年会費6,000円	なし	ソフトテニスの練習	ソフトテニスを通じて楽しく交流することにより健康増進に繋がっています。	高齢者の健康寿命を延ばす役目を果たしています。
45	D-FANTASY	バドミントン	7人	4月～12月 毎週	水曜日	19	00	～	21	00	上海府体育館	1ヶ月1,000円	なし	バドミントンを通しての仲間づくり	毎週水曜日、バドミントンを通して会社の仲間達と楽しく運動しています。	(未記入)
46	OA	バスケットボール	10人	毎週	火曜日	19	00	～	21	00	平林体育館	1か月500円	なし	バスケットボール	30代で活動しているチームです。	地域内の大会に出場
47	荒川ソフトテニスクラブゴールド	ソフトテニス	22人	4月～11月 毎週 12月～翌3月 毎週	月・木曜日 月・火曜日	13	00	～	16	00	荒川総合体育館	なし	市民大会・グランドベテラン大会等に参加しています。	ソフトテニスを通じて健康維持と会員相互の親睦を図る。	当クラブは男性70歳、女性65歳以上の高齢者主体での団体です。	テニスを通じた地域の交流と地元での懇親会開催等に寄与している。
48	荒川ソフトテニスクラブナイター	ソフトテニス	16人	毎週	火・金曜日	19	00	～	21	00	荒川総合体育館アリーナ	なし (参加費のみ100円/回)	なし	ソフトテニスの技術向上を目指し、また会員相互の親睦を図る。	日中、仕事・介護でテニスの練習が出来ない人達を中心に、基本練習と試合練習をしています。市民大会や地域の大会、県レディースの大会参加に向けて頑張っています。新規入会の方を広く募集しています。	市民大会や地域のテニス大会に多数参加しています。
49	月曜会	スポレック	9人	毎週	月曜日	19	30	～	21	00	さんぼく小学校	年1,500円	なし	スポレックの練習・スポレックを通しての仲間づくり	体力づくり、体力の維持を目的とした、無理をしない、笑いがとびかう集まりです。	(未記入)
50	フォーマンテニスサークル	フォーマンテニス	18人	毎週	月曜日 水曜日	13 9	00 30	～	15 12	00 00	荒川総合体育館	あり 必要に応じて	なし	通常活動のみ	平成6年頃、高齢者の健康維持と体力向上を目的とし、ミニテニスの活動を始め、その後フォーマンテニスサークルとして活動を始めました。フォーマンテニスは、一般のテニスコートで4人対4人が対戦。ピンポンのようにバウンドさせて相手コートに入れ、後衛がトスを打ち上げ前衛が打ち込む、バレーボールのようなスポーツです。中高年の会員が活動し、ミスしても笑いあい、拍手して楽しみ、明るく運動しています。	荒川地区主催の行事等にお手伝いをする。村上地区体育協に参加し、理事会、委員会等に出席する。
51	KFC	ビーチボールバレー	7人	毎週	火曜日	19	30	～	21	00	朝日総合体育館	年500～1,000円	なし	ビーチボールバレーの練習 ビーチボールバレーを通じての交流	会員数は少ないですが、みんな楽しく明るく元気に練習しています。日頃の運動不足も週1回の運動ですが体力づくりにつながっています。初心者の指導を交えながら競技の普及に努めています。	地域のイベントにボランティア参加をしたり、各地の大会にも積極的に参加しています。

52	日本国太鼓保存会	和太鼓	15人	毎週	木曜日	19	00	～	21	00	山北中学校第2体育館	年間1000円	なし	和太鼓の練習、イベントへの参加	昭和61(1986)年より活動している和太鼓集団です。県内外のイベントで演奏をしています。	各イベントを盛り上げるために演奏を行ったり、笹川流れマラソンでは走る選手の応援のために演奏を続けています。子供会員の指導の外、山北小学校で生徒にも指導しており、保護者や先生方にも喜ばれています。	
53	グランドゴルフ 下浜町恵比寿クラブ	グラウンド・ゴルフ	13人	毎週	水・土曜日	9	00	～	11	00	岩船運動広場	会費として特に設けないが、プレーしたときは100円徴収。	令和3年度は4月～12月で28回実施予定。8月は熱中症対策のため休みます。	会員の親睦と健康寿命を延ばす事を目的に毎週水・土曜日に岩船運動広場でグランドゴルフを行う。	村上市岩船・下浜町老人クラブ(市に届け済み)活動の一環として、クラブ会員50人の中で活動可能な人13人で活動している。	みんなニコニコ楽しく健康寿命を延ばす事に協力して、地域の行事には積極的に協力する。	
54	新成会	バレーボール	8人	毎週	金曜日	19	00	～	21	00	平林小学校体育館	年会費1,000円	なし	バレーボールを通じ技術の向上を図る。	バレーボールを通じ、技術の向上を目的とし、設立した団体です。	村上市のバレーボールプレイヤーが減らないように地域に貢献していきます。	
55	ひまわりクラブ	ソフトテニス	9人	毎週	水曜日 金曜日	13 11	00 00	～	15 13	00	村上体育館アリーナ	年会費4,000円	なし	ソフトテニスの練習、会員相互の親睦	家ではごく普通のオバチャンを演じていますが、体育館に来ると30歳若返り、コート狭しと走り回っています。ひまわりクラブは明るく楽しく笑顔あふれるクラブです。	いつまでも元気に過ごせるように、毎週の運動を通して健康維持に努めています。	
56	瀬波ラージボールクラブ	ラージボール 卓球	29人	毎週	月・火曜日	12	30	～	15	30	瀬波体育館	週2日参加:年5,000円 週1日参加:年3,000円	・中途入会者の場合、会費の減額もあり。 ・4月、9月の2回払いあり。	ラージボール・卓球の練習を通じ、会員の心身の健康を維持するとともに会員相互の交流・親睦を深め、残りの人生を明るく、楽しく過ごせるような活動とする。	会員皆様の健康の維持及び親睦は勿論ですが、各自の技術の向上にも力を入れながら楽しく和やかに、且つ、真剣に練習に取り組んでいるクラブです。また、希望者による親睦会を年間4回程度の頻度で開催しています。	(未記入)	
57	マーベリック	ソフトバレーボール	12人	毎週	月・木曜日	19	00	～	21	00	保内小学校	年2,500円	なし	各地域ソフトバレーボール連盟主催大会に参加予定	ソフトバレーボールの練習ソフトバレーボールを通しての仲間づくり	ソフトバレーボール好きの仲間が集まり、毎週月・木の練習で体力向上を目指し、各種大会に参加して仲間づくりをしています。	(未記入)
58	村上太極拳クラブ	太極拳	12人	毎週	水曜日	19	00	～	21	00	マナボテ村上	1ヶ月1,000円	なし	太極拳で健康増進と親睦をはかる。	日本武術太極拳連盟に加入し、指導を受けながら太極拳を学んでいます。	一緒に同じ動作、運動をしながら、個々の習熟度と体力に合った練習ができるので、無理をしないで体力と柔軟性を養える。	
59	信成クラブ	ソフトテニス	11人	毎週	水曜日	19	00	～	21	00	村上東中学校体育館	年額3,500円 1回練習時100円	なし	ソフトテニスの練習、練習を通しての仲間づくり	やりたい人がやりたい時に集まって、楽しくソフトテニスをしています。初心者でも経験者から教えてもらえるので大丈夫です。初心者のプレーヤーもたくさんいます。	子育て世代のリフレッシュに役立ちます。ストレス発散にどうぞ。	
60	太田教室	ソフトテニス	9人	毎週	金曜日	10	00	～	12	00	瀬波テニスコート 瀬波体育館	年間5,000円	なし	ソフトテニスの技術向上	技術向上と体力維持のために頑張っています。	(未記入)	
61	ジャンプクラブ	ソフトテニス	12人	毎週	金曜日	19	00	～	21	00	村上桜ヶ丘高等学校体育館	年間5,000円	土・日曜日には、瀬波テニスコートで活動しています。	ソフトテニスの練習、会員の親睦	主に40代～60代のメンバーで、ソフトテニスを楽しくやっています。各種大会に参加するメンバーも、マイペースで体を動かすのが目的のメンバーも、和気あいあいな雰囲気です。男女比はほぼ同数です。	ソフトテニスを通じて、地域の活性化に寄与している。	
62	スパナース	バレーボール	35人	毎週	土曜日	19	00	～	21	00	瀬波体育館	年2,000円 (スポーツ保険別途)	大会前に別途練習あり	バレーボールの練習、大会参加 小中学生及び高校生への指導	「3度の飯よりバレーが好き！」バレーボール大好き人間の集まりです。創部から40年近く(老舗)チームで、現在10代から50代までの男女35名ほどがコート2面を使い毎週バレーボールを楽しんでいます。	スポーツ少年団の指導や中学校、高校などの外部指導を通じ、地域のバレーボール人口の拡大とレベル向上に取り組んでいます。	
63	村上市ソフトバレーボール連盟	ソフトバレーボール	25人(必要時)	(必要時)	-	-	～	-	-	-	(大会、練習会、審判講習会等開催時に申請)	年額2,000円	なし	なし	村上市内のソフトバレーボール愛好団体、加盟団体の連携、協力を促進し普及、技術発展を図ることを目的とする。	村上市内のソフトバレーボール愛好団体の連携組織として2017年に発足しました。新潟県ソフトバレーボール連盟と連携、大会、練習会等を通して技術向上、競技人口の増加を目的としています。	(未記入)
64	横山体育会	ソフトバレーボール	11人	毎週	木曜日	19	00	～	21	00	神納小学校	月額100円	バドミントンもあり。	ソフトバレーボール等練習と大会等の参加	30代～60代のメンバーで練習しています。	希案々主催のソフトバレーボール大会の運営、会場設営等の手伝いをしています。	
65	COPAIN(コパン)	バスケットボール	10人	毎週	月曜日	19	00	～	21	00	山北中学校体育館アリーナ	なし	なし	バスケットボール練習	バスケット練習をしながら体力の向上を目指します。	体力の向上を目指し、仲間づくりを目指します。	
66	ソフトテニス6.3クラブ	ソフトテニス	11人	毎週	月曜日 水曜日	13 11	00 00	～	15 13	00	村上体育館アリーナ	年7,000円	なし	テニス練習、テニスを通しての親睦を図る。	シニア、シルバー会員がほとんどですので、練習を通じて、体力維持、仲間作り、親睦に努めています。	(未記入)	
67	土曜会	ビーチボールバレー	11人	毎週	土曜日	19	00	～	21	00	村上体育館アリーナ	年額1,000円	大会開催時はその都度参加	ビーチボールバレーの練習及び大会への出場	上手な人もそうでない人も、皆仲良く笑顔で楽しく練習しています。初心者にも優しい団体です。	特になし	
68	ハッスルクラブ	ビーチボールバレー	7人	毎週	火曜日	19	00	～	21	00	村上体育館アリーナ	年額1,000円	大会開催時はその都度参加	ビーチボールバレーの練習及び大会への出場	毎回楽しく親睦を深めながら練習をしています。初心者の方も即日馴染めるクラブです。	特になし	
69	フライデー	卓球	12人	毎週	金曜日	19	00	～	21	00	瀬波体育館	年間2,000円 ボールの割れ具合によっては集金することもあります。	なし	卓球の技術向上とともに人とのつながりを大切にしています。	会は30歳代～70歳代と年齢差がありますが、お互いに個人個人を尊重し、かつ教え合いながら技術向上に努め、心身の健康を図っております。	年齢差に関係なく誰とでもできることです。	
70	HOTMANS	バスケットボール	21人	毎週	火・金曜日	19	00	～	21	00	村上第一中学校	1ヶ月1,000円	なし	バスケットボールの練習及び大会出場	村上市で活動しているバスケットボールチームです。北信越大会出場を目標に、日々の練習を頑張っています。	2019年 全日本社会人選手権大会 新潟県予選ベスト4	
71	はまなす	硬式テニス	13人	毎週	火曜日 木曜日	13 10	00 00	～	15 12	00	村上体育館 山辺里体育館	年1,000円～3,000円	なし	硬式テニスの練習、硬式テニスを通しての仲間づくり	「はまなす」は硬式テニスのサークルで週2回、村上体育館と山辺里体育館で練習しています。初心者から上級者まで老若男女13名、和やかな雰囲気の中で楽しみながら健康維持と技術向上をめざしています。	硬式テニスは全身を使うため健康増進に効果があり年を重ねても生涯スポーツとして楽しむことができます。和気あいあいと親睦を深めながら心身共に健康をめざす生きがいを持つサークルです。常時門戸を開いており老若男女を問わず歓迎しています。	
72	村上卓球クラブ	卓球	27人	毎週	土曜日	19	00	～	21	00	村上体育館	あり	なし	毎週土曜日 19:00～村上体育館	長年の歴史や伝統のあるクラブです。過去には全国大会に出場した経験があり、学生時代からクラブにお世話になり、今現在もクラブ員として活躍している人も多くおります。週1回の練習と少ない時間ではありますが、その分集中して頑張っています。	・毎年4回の大会を開催し市民との交流を深めています。 ・トライアスロン及び元旦マラソンのボランティア参加など。	
73	吉浦スポーツクラブ	バレーボール	7人	毎週	火曜日	19	30	～	21	00	上海府体育館	あり 体育館使用料員数割	なし	バレーボールの練習と仲間作り	男女、年齢に関係なく少人数ながら楽しんでます。とび入りいつでもOK。試合形式の練習です。	技術に関係なく誰でも参加できる事。	
74	Trust	ソフトバレーボール	24人	毎週	木・土曜日	19	30	～	21	30	荒川総合体育館	年2,000円	なし	練習、交流	バレーボールが大好きなメンバーが集まり、楽しく、真剣に取り組んでいます。常に県No.1を目指しています！！	ソフトバレーボールを通じての健康と人間交流。	
75	荒川ママさんバレーボールクラブ	バレーボール	16人	毎週	火曜日	19	30	～	21	00	荒川中学校体育館	年5,000円 (保険、登録料、大会参加費等)	なし	バレーボールを通じて、生涯スポーツ、年代にかかわらず楽しく活動する。	20代から60代までのママさんが集まり、毎週練習に動んでいます。地区や県の大会に参加し、県内のママさんとの交流も深まり、とても楽しいスポーツです。	地元の中学生の練習に参加しているメンバーもおります。また、ママさん同志の交流にも良い活動だと思えます。	
76	村上農林振興部 野球部	野球	20人	5月～8月 毎週	火・木曜日	17	30	～	19	00	岩船運動広場	1ヶ月500円	8月頃、野球大会に参加予定	野球の練習、野球を通しての仲間づくり	村上農林振興部野球部です。5月～8月週2日(火・木曜日)活動しています。8月に開催される職場内の地区大会優勝を目指し、チーム一丸となって練習しています。	新年度の顔合わせ会、大会後の反省会で、地域の飲食店で飲み会を開催するなど、村上市飲食店へ貢献しています。	
77	MMTC	スポレック	8人	毎週	土曜日	19	30	～	21	00	瀬波小学校体育館	年2,000円 (会員数に応じて変動あり)	なし	スポレックを主に、スポーツを通じて心身の健康増進を図る。	毎週スポレックで楽しく汗を流しています。初心者、ラケットスポーツ未経験者でもすぐ楽しめます！	平日夜や日中の活動が難しい方、土曜の夜に体を動かしませんか？	
78	空手道 拳武会	空手	6人	毎週	金曜日	19	20	～	21	20	村上体育館柔道場	月500円/人	少年部は午後8時30分まで	空手(フルコンタクト)の稽古	フルコンタクト(直接打撃性)の空手を中心に稽古しています。上部団体等に所属はしておらず、単独で活動している会です。	小さい団体ですので、気楽に空手を始めることができます。	
79	40:30(フォーティーサーティー)	硬式テニス	12人	毎週	火・金曜日	19	30	～	21	30	瀬波テニスコート	2ヶ月1,500円 +各日コート代	なし	テニス大会出場、コミュニケーション	中級以上のテニス団体。主にローカル大会の出場をめざして活動している。	(未記入)	
80	下鍛冶屋スポーツ愛好会	ソフトバレーボール	8人	毎週	月曜日	19	30	～	21	00	保内小学校体育館	年間500円	なし	ソフトバレーボールの練習、ソフトバレーボールを通じての仲間づくり	下鍛冶屋地区を中心にスポーツ好きが集まり、毎週月曜日に近くの保内小学校の体育館を借りて、家族の小学生等も交えて下は5歳からは65歳まで楽しく体を動かしています。	下鍛冶屋地区を中心に参加を呼びかけ、近くの保内小学校の体育館で体を動かす日頃の運動不足解消に取り組み、会員の健康増進に努めています。	
81	M・A・C(マック)	フットサル	14人	毎週	金曜日	19	00	～	21	00	神納小学校	年1,000円	なし	フットサルを通しての仲間づくり	男女、世代、経験者・未経験者関係なく楽しむことを1番にやっています。	近隣の大会等に出で競技人口の普及。	
82	山北地区 ゲートボール連盟	ゲートボール	40人	毎週	(不定期)	9	00	～	16	00	山北総合体育館 山北多目的グラウンド 山北コミュニティセンター体育館 ※山北地区のゲートボール場	なし	曜日に関係なく、晴れの日はゲートボールをする。	ゲートボールを通して仲間づくり	コロナ禍の中で、ゲートボールの活動で、健康、友愛、奉仕の三本柱に基づき感染拡大させないよう慎重にこれからも続けてまいります。	老人クラブを通して仲間づくり	
83	村上野球塾	軟式野球	15人	毎週	月～金曜日 土曜日	16 19	00 00	～	18 21	00	村上第一中学校グラウンド 山辺里第二体育館	年9,000円 (3期×3,000円)	なし	軟式野球の練習と、それに伴うレコーディング	野球の基礎から高校野球に向けての実戦練習も行っています。レベルに合わせた練習ができます。	少子化や野球離れになっている中、メンバーが少なくてチームが組めない主に中学生の指導。	

84	新潟リハビリテーション大学 サッカーサークル	サッカー	15人	毎週	金曜日	19	00	～	21	00	山辺里第二体育館	なし	春・秋に村上市サッカー大会に 参加予定	毎週練習をし、村上地区の大会にも参加 しています。	毎週金曜日の19時から、山辺里第二体育館を借りて活動を行っています。また、春と秋に村 上地区で開かれている大会に参加させていただいております。技術向上、運動を目的に活動 しております。	毎年、春と秋に、村上地区のチームが集まる大会に参加しており、試合を通して、村上地区の方たちと交流 をしています。
85	村上信用金庫 野球部	野球	26人	毎週	土曜日	9	00	～	12	00	岩船運動公園、他市内グラウンド (雨天時、市内体育館)	1ヶ月1,000円	9月頃、村上市野球大会に参加 予定	野球の練習、試合を通じて交流を図る。	私たちは村上信用金庫の職員で構成される団体です。 経験者、未経験者問わず、幅広い世代が集まり9月頃の市民野球大会に向け、毎週土曜日に 練習を行っています。	野球を通じ、世代間を越えた交流と若い世代を中心に人材育成を図っております。また、各種行事へボラン ティア活動についても、当団体が積極的に参加し、地域貢献に努めております。
86	朝日サッカークラブ リバティ	サッカー	16人	(不定期)	(不定期)	-	-	～	-	-	朝日総合体育館	社人15,000円/年 学 生 10,000円/年	※新潟県社人リーグ加盟 冬季:フットサル	サッカー、フットサル	村上市を本拠地とする社人サッカーチームです。新潟県社人リーグに加盟し、上位リーグ を目指して活動しています。 チーム名の「リバティ」は「自由」を意味しており、「楽しむ」ことを第一にしています。 ※新潟県社人リーグ加盟	冬季には競技レベルに関係なく、参加できるフットサル大会を主催しています。
87	愛球クラブ	フットサル	18人	毎週	月曜日	19	00	～	21	00	山辺里体育館	1年1,000円～	なし	フットサルの練習、フットサルを通じて健康増進	中学生以上のメンバーで活動してきました。 現在は成人のみですが、フットサルを通じて楽しく交流を図っています。	メンバーは20代男性が中心で活動してきました。 フットサルを通じて、スポーツの楽しさを共有してこれたことが一番実感しています。
88	ラフスタイル	バレーボール	16人	毎週	金曜日	19	00	～	21	00	山辺里体育館	年3,000円	年4回程度大会参加予定	バレーボールで心身の健康を図る。	大会の上位入賞目指して、一致団結して頑張ってます。	地域の大会にできるだけ参加して、大会及びバレーボールを盛り上げていきます。
89	村上桜友会	ソフトテニス	33人	毎週	水曜日	19	00	～	21	00	村上桜ヶ丘高等学校体育館	最大8,000円	なし	ソフトテニス	村上桜ヶ丘高校OBがきっかけとなり、出身校にこだわらず愛好者が入れるクラブです。	村上ソフトテニス連盟の事務局。 村上スポーツ少年団のコーチ等主軸として活動しています。
90	ALEGRE	フットサル	23人	毎週	火曜日	19	00	～	21	00	岩船中学校体育館	年3,000円	不定期に各種大会等に参加	フットサルの練習、フットサルを通じての仲間づ くり	地元の若手で構成しているフットサルチームです。 定期的な練習は週に1回ですが、休日にも練習を行ったり、各種大会へも参加しています。	地元地域で開催されている大会に参加すると、県北地区でのサッカー・フットサルの競技人口が減っている と聞きます。 今後も地元で開催される大会へ積極的に参加し、大会の継続に協力していきたいと考えています。
91	護身会	護身術 柔術 剣術	13人	毎週	土曜日	19	00	～	21	00	村上体育館柔道場	月1,000円 (参加した月のみ)	なし	武術を通じて心身の健康を図り、また伝統文化 について学ぶ。	村上市で伝統武術を稽古します。 主に柔術、剣術を行います(希望者には居合も) 基本的に形稽古です。	体に無理のない動きを使い稽古するので、どんな年齢の方でも運動できます。 先人たちから伝わってきた形を学ぶことで伝統について考えることができます。
92	KSCクラブ	スポーツ競技全般	13人	毎週	水曜日	19	30	～	21	00	金屋小学校体育館	年1,500円 施設使用料・照明代等	なし	スポーツ競技全般とコーディネーショントレー ニング等を行い健康維持と技術向上を図り、相互 の親睦を深める。	様々なスポーツ競技を取り入れたトレーニングを行うことによる体づくりとみんなでスポーツの 楽しさを体感するクラブです。	子どもから大人まで様々な世代と触れ合うことで落ちつつある地域内での親睦を図り、そして地域イベン トにも積極的に参加する機会を増やすことで様々な形で地域貢献できます(ボランティア活動等)。
93	No Smoking	バスケットボール	7人	毎週	土曜日	19	00	～	21	00	山北中学校体育館	年7,000円	なし	スポーツを通じて会員同士のコミュニケーション と心身の健康を図る。	様々な年齢の人が活動しています。 運動不足の解消も目的の一つです。 常時、会員募集中です。	スポーツにより市民交通の輪を広げ、健康の増進と健全な青少年の育成に貢献していければと思ってい ます。
94	JBC	バスケットボール	10人	毎週	水曜日	19	00	～	21	00	平林体育館	年5,000円	なし	バスケットボール	1.仲間づくり 2.健康づくり 3.趣味	特にありません
95	フラッシュ	バレーボール	15人	毎週	月曜日	19	00	～	21	00	神納小学校	年1,000円	なし	バレーボールの練習	バレーボールを通じてみんなで体力の向上とバレーボールの技術を磨いています。 初心者も多いですが、全員で仲良くバレーボールをしています。	チームワークの良いチームです。 やる気のあふれるチームです。
96	山北剣友会	剣道	6人	毎週	木曜日	19	00	～	20	30	山北総合体育館	年間1,500円	なし	剣道スポーツ少年団指導及び稽古	全日本剣道連盟の剣道理念「剣道は剣の理法の修練による人間形成の道である」に基づいて 稽古に励む、人間を育てることを目的としています。	・剣道スポーツ少年団指導 ・山北中学校剣道部指導 ・笹川流れマラソン大会協力
97	村上レッドロイヤルズ	野球 (遠征野球)	29人	毎週	火・土曜日	13	30	～	15	30	村上球場 村上多目的グラウンド	年会費10,000円	4～10月 県選層野球大会への 参加	練習及び県内外との試合	60歳以上を対象として、平成20年に結成され、12年を迎えました。 いつまでも野球少年の気持ちで若返ります。	・元且マラソンやトライアスロン等、地元スポーツ大会へのボランティア参加する。 ・青少年の健全な育成に協力する。
98	神林バドミントンクラブ	バドミントン	21人	毎週	火曜日	19	00	～	21	00	神林総合体育館 (パルパーク:アリーナ)	1ヶ月1,000円 (高校生以下は割引あり)	・臨時練習(週末等)も年1～3回 計画 ・市内の各種バドミントン大会へ の参加	バドミントンの技術向上と体力の維持向上に取 組む。	・気軽に参加できるバドミントンクラブです。 ・バドミントンの技術向上を目指す方々から、初心者の方々まで広くバドミントンを楽しめます。 ・希望者「バドミントン教室」での指導もなっています。	・定例練習での初心者参加可能で、初歩からの指導を行っています。 ・中学・高校生も参加でき、技術向上に向け指導を行っています。 ・希望者「バドミントン教室」での指導もなっています。
99	村上市役所 バスケットボール部	バスケットボール	22人	毎週	木曜日	19	00	～	21	00	神林中学校	なし	なし	諸大会に向けたバスケットボールの練習	市役所職員を中心に毎週木曜日午後7時から9時までバスケットボールの練習を行ってい ます。 スポーツ団体等が主催する各種大会にも参加し、技術の向上を目標に活動しています。	活動日には、会員以外にもバスケットがしたい人を広く受け入れて練習しています。
100	楽しんぼV. C.	バレーボール	15人	毎週	日曜日	19	00	～	21	00	朝日総合体育館アリーナ	年1,000円	2021年3月まで「チームアンダー シンプ」して活動。これまでで 以上に広くメンバーを募り活動す るため団体名を新たに再編。	バレーボールの練習	年齢、男女問わずバレーボールが大好きな人達が集まり、活動しています。	朝日駅伝大会、新春バレーボール、如月カップ参加、ボランティア参加
101	千鶴どり～むくらぶ	ビーチボール/バレー ボール	10人	(不定期)	(不定期)	-	-	～	-	-	荻太体育館	体育館使用料としてその都 度徴収	文化活動(コンサート等)も行っ ています。	ビーチボール、バレーボールの練習	老人パワー全開、イキイキ健康づくりを推進しています。	健康集団で地域に迷惑をかけていないことが地域貢献していると思います。
102	高根A・Z	バレーボール レクリエーション	31人	毎週	金曜日	19	30	～	21	00	高根体育館 高根グラウンド	なし	なし	高根区民及び高根区出身者と高根区に訪れる 関係人口と親睦を目的とした交流事業を行な う。	村上高根集落の在住・在勤・出身者と高根集落に訪れる者(関係人口)がスポーツやレクリ エーション等の交流活動で親睦を深める活動を行います。	高根集落に関係する様々な年代が集い、スポーツ・レクリエーション等の健康づくりをすることで、地域の新 しいつながりや若者の地域活動への参加を促進し、「たのしいまちづくり」を高根から発信します。
103	荒川バドミントンクラブ	バドミントン	7人	毎週	土曜日	19	00	～	21	00	保内小学校体育館	月1,000円	なし	バドミントンの練習、バドミントンを通しての仲間 との交流。	決して、うまいとは言えないバドミントン好きが集まって、個々の体力や技術に応じて楽しく活 動しています。	現在は、スポーツ愛好者が集まる少人数の団体ではありますが、学生から高齢者まで幅広く受け入れ可能 をモットーに、大いに健康づくりに貢献しています。
104	雷老人クラブ ゲートボール部	ゲートボール	6人	毎週	月・金曜日	9	00	～	11	00	雷ふれあいセンター体育館 雷ふれあいセンターグラウンド	なし	なし	ゲートボールの練習	雷老人クラブの活動ワークとして活動しております。	閉校した校舎を利用し、また降雪期以外はグラウンドにて練習し、地域の人々の目とふれ合っています。
105	Esperanza (エスペランサ)	ダンス (ZUMBA (エアロビクス))	15人	毎週	火・金曜日	20	00	～	21	00	村上農村環境改善センター	1回500円	なし	ダンスサークル(フィットネス)	フィットネスプログラム(ZUMBA・エアロビクス)を通じて、心身の健康を図りながら、参加者同 士の親睦を深める機会にしています。	村上市内では、フィットネスプログラムを提供する場が非常に少ないです。その中で私たちの団体は、毎 週、気軽に参加できる場を提供しています。初めての方、久しぶりの方も自由に参加できますので、身体を 動かしたい時に参加をお待ちしています。
106	村上フットサルクラブ	フットサル	23人	毎週	水曜日	19	00	～	21	00	山辺里第二体育館	なし	練習の開催・中止は当日の参 加可能人数による	フットサルの練習、フットサル大会出場、活動を 通じての仲間づくり	・みんなで楽しくフットサルで汗を流すことを目的とした団体です。 ・練習は毎週水曜日です。休憩多めです。 ・初心者大歓迎です。 ・女性も大歓迎です。 ・参加できそうなら近隣で開催されているフットサル大会(男女混合チーム制)に参加します。	地域を支える若年層の運動不足を解消し、健全な精神と肉体の維持に寄与します。また、地域のフットサル 大会に参加することで、大会を盛り上げ、活性化に貢献します。
107	zigzag	バレーボール	14人	毎週	水曜日	19	00	～	21	00	神林中学校体育館	1回につき1人100円	なし	バレーボール	年齢を問わず、初心者でも気軽に参加できる団体。	(未記入)
108	猿沢地域駅伝チーム	陸上競技 (駅伝)	37人	9月～11月 毎週	木曜日 日曜日	19 14	30 30	～	20 16	30	朝日多目的グラウンド 朝日総合体育館	1世帯あたり1,000円	期間限定:9月～11月	朝日駅伝大会の参加	猿沢地域で一体となって駅伝チームを組織し、大会参加や合同練習会開催により、地域一体 感の醸成、世代間交流及び健康増進を図る。	小学生から高齢者を迎えた人など世代を越えた交流が猿沢地域の注目をあつめています。今では地域全体 が一体となり応援してくれています。
109	すなっし～	ソフトバレーボール	12人	毎週	土曜日	19	00	～	21	00	平林小学校体育館	1か月500円	年間通して、村上市・胎内市・新 発田市の大会に出場予定	ソフトバレーボールの練習や大会出場、バレー を通して健康と親睦を図る。	年齢層も広く、みんな仲良く楽しく活動しています。	各地域の幅広い年齢層の方々と知り合えて情報共有できる。
110	水曜会	ソフトテニス	15人	毎週	水曜日	11	00	～	13	00	瀬波テニスコート 瀬波体育館	年2,500円	なし	技術練習、ゲーム	シルバー・シニアの団体。 和気あいあいの雰囲気楽しく活発に活動している。	シルバー・シニアの団体。 和気あいあいの雰囲気楽しく活発に活動している。
111	バドミントン同好会	バドミントン	6人	毎週	水曜日	19	00	～	21	00	瀬波小学校体育館	年5,000円	なし	バドミントンの練習	新年度、メンバーも募集中です。お気軽にご連絡ください。	新年度、メンバーも募集中です。お気軽にご連絡ください。
112	BBC	ビーチボール/バレー	6人	毎週	土曜日	19	00	～	21	00	さんぼく小学校体育館	初回体験は無料。 参加1回につき100円 ※中学生以下は1回50円	11月頃の大会に参加予定	ビーチ/バレーの練習	誰でもでき楽しく明るいスポーツです。	(未記入)
113	酒しやけクラブ	卓球	7人	毎週	月曜日	19	00	～	21	00	荒川総合体育館アリーナ	年5,000円	なし	卓球愛好者の若者が集まれる場所を作る	出来たばかりの新しいチームです。いまはまだ定期的な練習だけですが、 今後は大会にも積極的に参加していきたいと思っています。	中学・高校と卓球をしていたが、卒業してから卓球をする場所が機会を失った若者達 の受け皿になりたいと思っています。