

認定番号	団体名	種目	構成員数	活動日時	主な活動場所	活動内容	団体の紹介（100文字程度）	団体の地域貢献（アピールポイント）	会費	その他
1	月曜会	スロレック グラウンドゴルフ	9	毎週 月曜日 13:00-15:00	山北総合体育館 アリーナ	スロレックの練習、スロ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飛び交います。		1,500円/年	
2	ラマンズ	バレーボール	7	毎週 土曜日 19:30-21:30	山辺里体育館	バレーボールの練習	少人数のシニア世代の仲間ですが、楽しく行っています。どなたでも気持ちよく受け入れています。ぜひごいっしょしませんか？良い汗を流しましょう！	地区のバレーボール大会に参加	1,200円/年	
3	はまなす	硬式テニス	12	毎週 火曜日 13:00-15:00 毎週 木曜日 10:00-12:00	村上体育館（火曜日） 山辺里体育館（木曜日）	硬式テニスの技術向上及び会員相互の親睦	毎週、体育館でケガのないよう注意しながら、技術向上と健康増進のため硬式テニスを楽しんでいます。初級者でもすぐになじめるよう工夫し笑顔のたえない会です。	硬式テニスをやっている団体が減少している中で、「書やっていたのでやりたい」などの要求にこたえている。	有	
4	村上ロイヤルズ	軟式野球	16	【不定期】月2回程度	村上球場 朝日球場 岩船運動広場	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、地域の野球大会参加や底辺拡大を目指して活動	昭和52年前設の歴史を持つチームです。50・60世代のメンバー中心ですが、ナイターリーグには高校生も数名加入して参加しています。底辺拡大を目的に楽しむ野球を心掛けています。身体を支えと技術でカバーする老練なチームです。	スポーツ少年団のスタッフや各種イベント大会のスタッフに参加したりして地域活動にも力を入れています。野球底辺の拡大を目指して活動しています。	5,000円/年	
5	村上卓球クラブ	卓球	21	毎週 土曜日 19:00-21:00	村上体育館 アリーナ	卓球の練習、大会の開催、仲間づくり	卓球は老若男女問わず楽しめるスポーツです。私たちは、毎週土曜日の夜に村上体育館アリーナで活動を行っています。また、新春卓球大会をはじめ、年間4回の大会を開催し、卓球競技の普及、発展に寄与しています。	私たちが主催する卓球大会は、新春卓球大会、少年卓球大会、松井杯卓球大会、村上市民卓球大会の4つです。それぞれの大会に特色を持たせ、参加した選手の皆様にも楽しんでもらっています。これらも卓球競技の普及、発展に尽力していきます。	4,000円/年	
6	熟年の会	ビーチボール	8	毎週 月曜日 15:00-16:00	村上体育館	ビーチボールを通じて、友達作りと心身の健康維持	会員は60代～80代ですが、元気で年齢を感じません。ビーチボールは年齢に関係なく、楽しむことが出来る軽スポーツであることが何よりの利点です。	ビーチボールは年齢問わず、身体に負担の少ないスポーツです。「熟年の会」の会員は、全員「おばあちゃん」ですが、運動不足・ストレス解消・情報交換にと元気に参加されています。	1,000円/年	
7	6、3クラブ	ソフトテニス	9	毎週 月曜日 13:00-15:00	村上体育館 アリーナ	基本練習	村上ソフトテニス連盟より昭和63年に結成。会員男女各70才～80才。会員以外の参加も可	特に指導者はおりませんが、各人の都合、体調に合わせ、自由に参加し活動している。活動内容は基本の技術練習、ペアを組んで楽しんでいる。	7,000円/年	
8	ラージボール卓球会	ラージボール	36	毎週 金曜日 13:00-15:00	村上体育館 アリーナ	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図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、スピードが遅く、回転数も少ないため、ラリーが続きやすく、初心者・高齢者でも十分楽しめるスポーツです。ラリーが続くため、意外と運動量が多く、健康維持に役立ちます。	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。初心者でも純分に楽しめるラージボール卓球を通年行っております。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せんが、とりあえずどんなラケットでも練習には参加できます。	1,000円/年（令和6年度実績、年度により多少の変動あり）	
9	村上卓球会	卓球	40	毎週 月・水・木・土曜日 9:00-11:00 13:00-15:00	村上体育館 瀬波体育館	本会は、会員が卓球を楽しむ、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ものや、定年後のリレーションとして始めた初心者など経験も技術もまちまちです。しかしながら、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、一回は卓球会主催）※コロナ禍で3年間中止。市内外の大会にも多くのメンバーが参加し、入賞者も出しています。卓球はジャンプやデュッシュなどの機能的な動作が少ないことから、高齢者にも適したスポーツです。	4,000円/年（令和6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。練習の日程は毎月カレンダーを配布し、お知らせいたします
10	まそっぷ	バレーボール	12	毎週 水曜日 19:00-21:00	金屋小学校	バレーボールの練習、体力づくり	毎週水曜日に村上市内の小学校で男女混合のバレーボールを行っています。みんなで楽しくバレーをすることを目的に活動しています。バレーボールをしたい方はぜひ遊びに来てください。	市内の大会に参加し、スポーツの振興に貢献しています。	1,000円/年（参加頻度に応じて減額）	
11	Win 山北	ママさんバレーボール	17	毎週 木曜日 19:30-21:15	山北総合体育館	バレーボールの練習、年3回の大会出場	平成5年にチーム発足依頼、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どもたち、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。	山北地内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。	5,000円/年	
12	ECHIGO歩こう会	ウォーキング	16	【夏季ウォーク】7・8・9月毎週 土曜日 6:00-7:15 【冬季ウォーク】12・1・2・3月 火曜日13:30-15:00 【さわやかウォーク】春4・5・6月 秋10・11月1回実施	【さわやかウォーク】市内外の自然や文化財等を訪ねウォーキング 【夏季ウォーク】荒川総合体育館集合、後ウォーク 【冬季ウォーク】荒川総合体育館2Fトラック	会員相互が楽しく歩くことを通し、健康増進を図り、交流を深め、自分もとより人や社会を明るく元気にする	歩くことを通して健康の維持・増進と、仲間づくりを目的としている会です。任意の民間団体で、本年4月から14日までに入ります。会員は、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、コース等を配慮した活動プログラムで個々のワーク力や健康維持に配慮しています。	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。（各地区が主催する大会、一回は卓球会主催）※コロナ禍で3年間中止。市内外の大会にも多くのメンバーが参加し、入賞者も出しています。卓球はジャンプやデュッシュなどの機能的な動作が少ないことから、高齢者にも適したスポーツです。	2,500円/年	
13	荒川スロレック同好会ポパイ	スロレック	9	毎週 月曜日 19:30-21:00 毎週 土曜日 19:30-21:00	金屋小学校 体育館	スロレックを通じて心身の健康を図る	村上市のスロレックのクラブ活動として、村上で47目に発足して11年になります。会員数が少なく、同好会として活動しておりますが、児童・生徒・学生をはじめ若い人たちの入会を募集しております。50才～70才の会員が多く楽しく活動しております。	会員は、会社、団体役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。又、若い人、高齢者も一緒に楽しくプレーできる団体です。プレー、ルール等も指導しますので、新入会会員、年発での参加をご案内申し上げます。	2,500円/年	
14	酒×鮎	卓球	14	毎週 月曜日 19:00-21:30	荒川総合体育館 アリーナ	卓球愛好者の若者が集まれる場所を作る。	ほぼ20代のメンバーで構成されています。定期練習だけでなく、各種大会にも参加し、上位進出や全国大会出場を目指しています。現在は男性ですが、女性の参加も大歓迎です。	学生時代に卓球をしていたが、卒業してから卓球をする機会や場所がない若者たちの受け皿になればと思っています。	6,000円/年	
15	村上グラウンド・ゴルフ協会	グラウンド・ゴルフ	42	【夏場】月・火・水・金（週4回）9:00-11:00 【冬場】月・水・金（週3回）9:30-12:00	【夏場】村上球場 【冬場】山辺里体育館	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とおして活動しています。プレーで体を動かす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、見学においでください。	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、たくさんのお参加をお待ちしています。用具のない方には、貸出も行います。	3,000円/年	
16	OTC	硬式テニス	15	毎週 土曜日 9:00-13:00 毎週 日曜日 9:00-13:00	【4月～11月】瀬波テニスコート 【12月～3月】山辺里体育館	硬式テニスの練習、大会出場	初級～中級の人達で楽しく練習中心でやっています。	テニス初心者でも、しっかりと相手しますので、安心してきてください。中級者でも相手ができるレベルです。	10,000円/半年または参加の都度500円	年8回ほど地方大会に出場
17	村上板友会	ソフトテニス	21	毎週 水曜日 19:00-21:00	村上坂ヶ丘高校 体育館	ソフトテニスを通じて技術の向上を図る	定期練習を行い技術の向上を図っている。仲間づくり	市内小学生～高校生までの指導、連盟の事務局	3,950円/年	不定期練習
18	グミグミ	テニス	7	毎週 月曜日 10:30-12:30 毎週 火曜日 10:30-12:30	瀬波テニスコート 山辺里体育館	テニスの練習・ミニゲーム	テニスの基礎（ストローク・ボレー・サーブ）をメインに練習しているサークルです。活動の最後に、ミニゲーム（試合）をして、各自の課題を確認し、次の練習時に課題に取り組みます。	テニス大好きな方、テニス技術アップを目指す方、健康増進のためにテニスをしたい方対象に活動します。	400円/月	
19	KSCクラブ	スポーツ競技全般	13	毎週 水曜日 19:30-21:00 毎週 日曜日 14:30-16:30	金屋小学校 体育館	様々なスポーツ競技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事で薄れ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ふやすことで、様々な形で地域貢献できます。	3,000円/年	
20	ソフトテニスサークル	ソフトテニス	6	毎週 月曜日 9:00-12:00 毎週 木曜日 9:00-12:00	荒川総合体育館	ソフトテニスを通じて心身の健康を図る	はじめた頃は13人位いたのが、年とともに減り、今は6人になったけど何とかが続けていきたいと思っています。	村上市以外の所から来ている人もいるので、さまざまな話が聞けて楽しいです。	800円/月	
21	セクシーダイナマイト	バレーボール	15	毎週 火曜日 19:00-21:00	平林小学校 体育館	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。	有（必要に応じて）	
22	上大街グラウンドゴルフ愛好会（K・G・A）	グラウンド・ゴルフ	20	毎週 月・火・水・木曜日 13:00-15:00	岩船運動広場	グラウンドゴルフの練習と町内共催の「春の陣」、「秋の陣」を通じて親睦を図る			無（但し、施設使用料金を徴収します）	
23	クローバークラブ	フォーマンテニス	14	毎週 月曜日 8:30-11:00 毎週 木曜日 13:00-15:00	村上体育館 アリーナ	フォーマンテニスを通じて仲間づくり	現在は、会員数14名。女性だけが限定はしていません。60才以上から80才以上の入達が体にやさしく健康的に動ける、4対4で行うテニスです。	体を動かし、健康である事は、地域貢献につながると思う。	2,000円/年	
24	愛庭クラブ	ソフトテニス	10	毎週 火曜日 15:00-17:00 毎週 金曜日 15:00-17:00	村上体育館	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つながっています。	高齢者の健康寿命を伸ばす役目を果たしています。	8,000円/年	
25	村上太極拳クラブ	太極拳	11	毎週 水曜日 19:00-21:00	マナボテ村上	24式太極拳を中心にした練習	太極拳を学びながら、健康増進と親睦を図ります。	一緒に同じ動作をしながら、個々の熟練度と、体力に合った無理のない練習をして、体力と柔軟性を養います。	6,000円/年	
26	村上市山北地区バドミントン連盟	バドミントン	14	毎週 水曜日 19:30-21:00 毎週 金曜日 19:30-21:00	山北総合体育館	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。	無	
27	すなっし〜	ソフトバレーボール	12	毎週 土曜日 19:00-21:00	平林小学校 体育館	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。	500円/月	年間を通して、村上市・胎内市・新発田市の大会に出場予定
28	村上農林振興部 野球部	野球	15	毎週 火曜日 17:30-19:00	岩船運動広場	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。活動日は、5月～9月（火曜日）です。7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。	新年度の農合わせ会、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。	500円/月	
29	村上地域整備部 野球部	野球	19	毎週 水曜日 17:30-19:00	岩船運動広場	野球を通じて心身の健康を図る	8月に開催される県大会出場に向けて、毎週練習しています！	職場の仲間と一緒に汗を流し、協力してプレーすることで、社内の円滑なコミュニケーションへと繋がり、業務を通じて地域に貢献していけるよう努めています！	500円/月	

認定番号	団体名	種目	構成員数	活動日時	主な活動場所	活動内容	団体の紹介（1 0 0文字程度）	団体の地域貢献（アピールポイント）	会費	その他
30	山北地区野球連盟	野球	48	毎週 日曜日 8:30-16:00 【冬季間】毎週 金曜日19:00-21:00	山北球場 山北多目的グラウンド 山北コミュニティセンター	野球を通じて心身の健康を図る	山北地区野球連盟は、山北地区での競技者人口の拡大を目指すとともに、野球を通じた仲間づくりを進め、明るく地域づくりに貢献できるよう活動しています。	年に3回（春、秋、ナイター）の野球大会と近隣野球愛好者親善（旧五町村）大会では、出場とともに山北地区のアピールもを行っています。冬期間は、野球をやりたい人のために室内で野球練習を行っていますので、経験者でなくても参加できます。	各チーム10,000円以内/年	
31	山北剣友会	剣道	5	毎週 木曜日 19:00-20:30	山北総合体育館	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、人間を育てる事を目的としています。	剣道スポーツ少年団指導、菅川流れマラソン大会協力	1,500円/年	
32	ミドルクラブ	野球	21	毎週 火曜日 19:00-21:00 毎週 金曜日19:00-21:00	山北球場 山北多目的グラウンド 山北コミュニティセンター	野球を通じて心身の健康を図る	#REF!	いくつになっても野球を続けたい人の受け皿になって、一人でも多く、長く野球を楽しむよう活動すること。山北地域の学生からシニア世代まで、野球を愛する全ての世代と交流を深めること。また、弄野球全国大会に参加し、村上市のアピールに努めています。	5,000円/年	5月第2日曜日、弄野球全国大会に参加予定
33	あさひスボレック同好会	スボレック	7	毎週 月曜日 19:30-21:00	朝日さくら小学校 体育館	健康維持・体力向上と生涯スポーツとして活動している	私たちミドルクラブは、野球小僧精神を暫いで行くことは基より、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、交流を深めたいと頑張っています。	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。	500～1,000円/年	月曜日が祝日の場合は、活動しません
34	KFC	ビーチボールバレー	8	毎週 火曜日 19:30-21:30	朝日総合体育館	ビーチボールを通じて会員の交流	会員数は少ないですが、皆、楽しく活動しております。日頃の運動不足を週1回の運動で体力づくりにもなっているかと思えます。初心者に指導し普及に努めています。	地域のイベントのボランティア参加したり、ビーチボール大会にも、積極的に参加してます。	無	
35	ソフト1・2・3	ソフトテニス	8	毎週 金曜日 9:00-12:00	荒川総合体育館	ソフトテニスを通じて心身の健康を図る	会の設立から10年、中級者程度の技術が身に付いています。基礎練習をしっかりと行い、楽しみながらケガのない様に、和気藹々とプレーをしています。	400円/月		
36	荒川ソフトテニスクラブゴールド	ソフトテニス	22	【4月～6月】毎週火曜日 【9月～11月】毎週月・木曜日 【12月～3月】毎週月・火曜日 13:00-15:30	神林総合体育館 荒川総合体育館	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7 0歳、女性6 5歳以上の活気ある団体です。	テニスを通じ他地域の交流と地元での懇親会開催等に寄与している。	無	市民大会・グラッドベテラン大会等に参加しています
37	県剣道連盟居合道部 村上支部	居合道	5	毎週 木曜日 10:00-12:00 毎週 土曜日14:00-16:00	荒川総合体育館 武道場	居合道の稽古を通して心身の健康を図る	居合道とは、日本刀の操法を身につけ機に応じた身体の動きを修練するものである。当会では、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。	3,000円/年	
38	荒川卓球サークル	卓球	13	毎週 火曜日 9:00-12:00 毎週 金曜日9:00-12:00	荒川総合体育館 アリーナ	卓球を通し、社会団体として心身の健康を図る	会員の多くは70才以上の高齢者ですが、皆さん元気で卓球に打ちこんでいます。村上市外者も数人混じっていますが仲よくやっています。	市民に広く門戸を開き、卓球の楽しみに触れてもらい、各人の健康づくりに寄与しています。これからも宣伝につとめ会員を増やしていきたいです。	1,000円/年 100円/回	
39	クローバー	ソフトバレーボール	13	毎週 水曜日 19:00-21:00 毎週 金曜日19:00-21:00	保内小学校 体育館	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て上下関係無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、交流を楽しむことにより、この地域に住む魅力を向上しています。	2,000円/年	
40	OA	バスケットボール	11	毎週 金曜日 19:00-21:00	平林体育館	バスケットボールを通じて心身の健康を図る	バスケ大好きな人は、気兼ねなく連絡下さい。	20代～40代のメンバーですが、皆仲良しです。新潟市から村上市まで魅力を発信しています。男女問わず新メンバー募集中です。	500円/月 6,000円/年	各ローカル大会等に出場
41	マーベリック	ソフトバレーボール	10	毎週 月曜日 19:00-21:00 毎週 木曜日19:00-21:00	保内小学校	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。	3,000円/年		各地域ソフトバレーボール大会に参加予定
42	村上レッドロイヤルズ	軟式野球（遠征野球）	28	【2月～1 0月】毎週 主に土曜日曜日13:30-15:30	【4月～1 0月】村上球場 【2月～3月】朝日多目的ドーム	新潟県選抜軟式野球連盟が主催する大会や各種大会（試合）・練習・親睦会など	村上市ゆかりの58歳以上の元球児などが集い、愛する野球を通じて心身の健康保持と会員相互の親睦を図るとともに、機会をとらえ地域の青少年健全育成にも支援していきたいと考えております。	地元スポーツ大会などのボランティア参加、青少年の健全育成への協力	11,000円/年	各種大会（試合）参加、懇親会の開催
43	潮波ラージボールクラブ	ラージボール 卓球	25	毎週 月・火・木・土曜日 13:15-15:15	潮波体育館	ラージボール・卓球の練習を通し、会員の心身の健康を維持すると共に会員相互の交流・親睦を深め、これからの人生を明るく、楽しく過ごせるための活動を行う（毎週・月、火はラージボール、木、土は卓球の練習）	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。	月・火曜日両日の場合：5,000円/年、一日の場合：3,000円/年		中途入会者の場合、会費の減額も有り
44	荒川ビーチボールクラブ	ビーチボールバレー	11	毎週 木曜日 19:30-21:30	荒川総合体育館	ビーチボールで日頃の運動不足解消と会員相互の親睦を図る	バレー経験のない方でも楽しく参加できるスポーツです。やわらかいビーチボールを使いバドミントンコートで行うバレーボールで、ネットの高さも180cmと低く子供から大人まで老若男女、誰でもできるスポーツとなっています。【ビーチボール 競技】と検索するとビーチボールについて詳しく確認できますので興味のある方は検索してみてください。楽しく練習に参加してくださる方、大歓迎です。	特になし	3,000円/年	
45	ウェルネスクラブ	スボレック 健康太極拳	25	毎週 水曜日 19:30-21:00 毎週 金曜日19:30-21:00	【スボレック】村上体育館（金）、山辺里小学校（水） 【健康太極拳】村上体育館ミーティングルーム（第2、4土曜日）	スボレック・健康太極拳の普及、健康づくり	ウェルネスクラブはスボレック、健康太極拳の2種目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！	スボ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。	スボレック4,000円/年、健康太極拳500円/1回	太極拳 第2、第4土曜日午前10時～午前11時30分
46	卓球倶楽部ハビネス	卓球	13	毎週 木曜日 19:00-21:00	潮波体育館	週に一度、潮波体育館で活動中	40年ぶりのリターンプレーヤーが始めたクラブです。最近では、小中学から大人まで毎週木曜日に潮波体育館で汗を流しています。笑顔の絶えないクラブです。どうぞ遊びに来てください。	卓球を通して、大人から小まで交流を図っています。卓球で健康増進	1,800円/年	年末年始、祝祭日、悪天候により休みあり
47	ジャンプクラブ	ソフトテニス	17	毎週 金曜日 19:00-21:00	村上桜ヶ丘高校 体育館	ソフトテニスの技術向上を目指し会員相互の親睦を図る	当クラブは、ソフトテニス好きな人が集まり、技術の向上はもとより和気あいあいとした雰囲気のある楽しい仲間を作ることを目指して頑張っています。	ソフトテニスを通じて仲間をつくり、他のスポーツクラブとの交流は、コミュニティの形成、人材育成、健康増進等、地域の活性化につながると思います。	有	
48	恵比寿クラブ（グラウンド・ゴルフ）	グラウンド・ゴルフ	11	毎週 水曜日 9:00-11:00 毎週 土曜日9:00-11:00	若船運動広場	4月から毎週水曜・土曜日プレイ（7月、8月、9月上旬は休み）	恵比寿クラブ（会員38名）のクラブ活動の一環です。	恵比寿クラブは、グラウンド・ゴルフの他に総会後の懇親会、納涼祭、紅葉会、新年会、ポッチャ等を企画実施し、町内で老人パワーを発揮しています。健康で長生きしましょう。	定例会実施時に100円を徴収する	
49	水曜会	ソフトテニス	17	毎週 水曜日 11:00-13:00	潮波テニスコート 潮波体育館	技術練習、ゲーム	シニア、シルバーの団体、和気あいあいの雰囲気でき楽しく・活発に活動している。	シニア、シルバーの団体、和気あいあいの雰囲気でき楽しく・活発に活動している。	活動に参加するごとに、100円	活動時間の変更あり
50	村上ビーチボール同好会	ビーチボール	40	毎週 水曜日 9:00-11:00	村上体育館 アリーナ	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。老若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、どんなでも、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しておりますので、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。	2,000円/年	
51	岩球クラブ	野球	20	毎週 土曜日 13:00-15:00	若船運動広場	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	原則通年を迎えた会員が、夫々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る。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に行っている。	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。	1,000円/年	2～3回の対外試合等
52	HOTMANS	バスケットボール	13	毎週 火曜日 19:00-21:00 毎週 金曜日19:00-21:00	村上第一中学校	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、日々練習を頑張っています。	2024年全日本社会人選手権大会 新潟県予選ベスト4	1,000円/月	
53	フライデー	ソフトテニス	7	毎週 火曜日 13:00-15:00 毎週 水曜日11:00-13:00	村上体育館	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つながっています。	高齢者の健康寿命を伸ばす役目を果たしています。	6,000円/年	
54	村上市ソフトテニスクラブ（MTC）	ソフトテニス	27	毎週 火曜日 11:00-13:00 毎週 木曜日11:00-13:00	村上体育館 潮波テニスコート	ソフトテニスの練習、技術向上、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。村上体育館の定期練習の他に年3回のおたのしみ大会を行い、終了後の懇親会は好評です。昔ソフトテニスをやっていた人、練習に顔を出してみませんか！！	ソフトテニスを通じて地域の交流を深め、指導やイベントを通して、地域の活性化を図り、笑顔あふれる街づくりに貢献します。	3,500円/年	土、日曜日は市ソフトテニス連盟の合同練習
55	若船スポーツクラブ	ストレッチ 卓球 ソフトバレー	35	毎週 水曜日 19:00-21:00	若船小学校 体育館	ストレッチ体操・卓球・ソフトバレーを通じて心身の健康を図る。	屋内スポーツの他にバスツアー・ゴルフ大会等、他の行事もあり、会員みんなで楽しんでやっています。	生涯できるスポーツを通じていつまでも会員健康増進に寄与します。	2,000円/年	
56	バドミントン同好会	バドミントン	6	毎週 月曜日 19:00-21:00 毎週 水曜日19:00-21:00	潮波小学校 体育館	バドミントンの練習	新規メンバーも随時募集しています。お気軽にご参加ください。	同上	3,500/年	
57	愛球クラブ	フットサル バスケットボール	8	毎週 月曜日 19:30-21:30	山辺里体育館	フットサル・バスケットボールを通じて老若男女問わず、スポーツを介した交流を図り、心身の向上を目的とする。	上手くなりたい、大会に出たいための、勝つためのスポーツ活動でなく楽しく、みんなでスポーツに触れ合える活動をしています。	老若男女問わず楽しくがモットーです。	2,000円/年	
58	土曜会	ビーチボールバレー	13	毎週 土曜日 19:00-21:30	村上体育館 アリーナ	ビーチボールバレーの練習及び大会への出場	老若男女楽しくやることをモットーにし、どんなでも気軽に参加できます。	楽しくスポーツが出来るという場の提供	2,000円/年 スポット参加は100円/1回	大会開催時はその都度参加
59	No Smoking（ノースモーキング）	バスケットボール	7	毎週 土曜日 19:00-21:00	山北中学校 体育館	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。日頃の運動不足の解消も目的のひとつです。常時、会員募集中です。	スポーツにより市民交流の輪を広げ、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。	7,000円/年	

認定番号	団体名	種目	構成員数	活動日時	主な活動場所	活動内容	団体の紹介（100文字程度）	団体の地域貢献（アピールポイント）	会費	その他
60	ハイトライト	バレーボール	11	毎週 月曜日 19:00-21:00 毎週 水曜日 19:00-21:00	山辺里第二体育館 村上農村環境改善センター	バレーボールを通じて交流を深める	社会人バレーボール団体のハイトライトです。大会出場に向けて楽しく活動しています。初心者も多く在籍しており、バレーボールを通して親睦を深めています。	バレーボールの楽しさを知ってもらうために活動しています。	2,400円/年	
61	JBC	バスケットボール	10	毎週 水曜日 19:00-21:00	神林中学校	バスケットボールを通じて心身の健康を図る	明るく楽しくをモットーに活動しています。	小さな子連れでも安全にバスケできるよう配慮している為、育児に忙しい方でも参加できる。	5,000円/年	地方の大会に出場
62	信成クラブ	ソフトテニス	6	毎週 水曜日 19:00-21:00	村上東中学校 体育館	ソフトテニスの練習・仲間づくり	ソフトテニス経験者の方々、子供がソフトテニスを始めて、一緒にやってみたいと思った方々が楽しく活動しています。	子どもたちにソフトテニスの楽しさを伝えていきます。	3,500円/年	
63	山北ミニテニス連盟	ミニテニス	28	【にっここクラブ】 毎週月曜日 19:00～21:00 毎週水曜日 10:00～11:30 【八幡スポーツクラブ】 毎週金曜日 19:30～21:00	【にっここクラブ】 山北総合体育館アリーナ 【八幡スポーツクラブ】 さんばく南小学校 体育館	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、サーブ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、府屋地区及び勝木地区及び前日地区協栄小学校の3ヵ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作りができるスポーツです。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3ヵ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、和気あいあい練習・大会に参加しています。見学・参加は大歓迎です。ご連絡お待ちしております。	1,000円/年	
64	山北グラウンド・ゴルフクラブ	グラウンド・ゴルフ	24	毎週 月曜日 9:00-11:00 毎週 木曜日 9:00-11:00 毎週 金曜日 9:00-11:00	山北球場 山北総合体育館	グラウンドゴルフを通じて、会員相互の親睦と健康増進を図る。	グラウンド・ゴルフの普及並びに技術の並びに技術の向上と会員相互の親睦を通して自らの健康増進を図ることを目的としています。	軽い運動と会話等をすることで、主に高齢者の気分転換と楽しみの場の1つとなっている。	3,000円/年	各地のグラウンド・ゴルフ大会に参加
65	スパナーズ	バレーボール	25	毎週 土曜日 19:00-21:30	瀬波体育館	バレーボールの練習・大会への参加、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！」バレーボールが大好きな人たちの集まりです。前部から40年続く老舗チームで、現在10代から60代までの老若男女30名ほどでコート2面を使って活動しています。初心者の方も大歓迎です。	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。	1,650円/年（スポーツ保険は別途）	大会前に別途練習あり
66	空手道 拳武会	空手	8	毎週 金曜日 19:20-21:20	村上体育館 柔道場	空手の稽古	上部団体等に所属はしていない単独の会です。フルコンタクト（直接打撃型）空手の稽古や武術的な空手の稽古（研究）をしています。（兼主に大人が中心です）	小さな会ですので、気軽に空手を始めることができます。	500円/月	
67	村上市役所バスケットボール部	バスケットボール	22	毎週 木曜日 19:00-21:20	神林中学校	県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。スポーツ団体等が開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。	毎週木曜日の活動日には、会員以外にもバスケットボールがしたい人を市内外問わず、広く受け入れてゲームを中心とした練習をしています。	無	
68	ALEGLE	フットサル	11	毎週 水曜日 19:00-21:00	山辺里体育館	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・ふっとサルの競技人口が減っていると感じます。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。	3,000円/年	不定期に各種大会等に参加
69	フライデー	卓球	6	毎週 金曜日 19:00-21:00	瀬波体育館	卓球練習、卓球を通じて親睦を図る	全員が卓球を楽しみながら技術向上を図るとともに健康を大事に親睦を図り、福祉の増進に努めていきたい。	卓球がとて大好きな人たちの集まりです。年齢問わず男女問わず皆と練習を通し明るく和気あいあいとやっています。	2,000円/年（ボールの割れ具合により、集金する場合あり）	
70	荒川ソフトテニスクラブナイター	ソフトテニス	15	毎週 火曜日 19:00-21:30 毎週 金曜日 19:00-21:30	荒川総合体育館 アリーナ	ソフトテニスの技術向上を目指し、又、会員相互の親睦を図る	日中、仕事、介護等でテニスの練習ができない人たち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、県大会参加に向けて頑張っています。新規加入される方を広く募集しています。	市民大会、地域の大会、又、草取り等の地域ボランティアに参加しています。	無	
71	荒川ママさんバレーボールクラブ	ママさんバレーボール	19	毎週 火曜日 19:30-21:00	荒川中学校 体育館	9人制バレーボール活動、生涯スポーツを推進	現在、20代～60代と幅広い年齢のママさんが楽しく活動しています。下越地区、県の大大会に参加しており、やりがいもあるチームです。皆さん仲良く楽しく活動しています。	県連盟に役員を出しており、各大会への協力体制ができるチームです。	年会費（保健・登録料）	
72	IWFN	野球	15	第1・4週 水曜日 19:00-21:00	岩船中学校グラウンド 岩船運動公園 岩船小学校体育館 岩船中学校体育館	草野球を通じての仲間づくり、公式大会への出場	岩船地区を中心に市内外を問わず参加者を募り活動しております。草野球を通じた仲間づくりと、技術・体力の向上を目的とし、新潟県野球連盟にも所属しており、公式大会への出場もあります。野球に興味がある人であれば、野球経験の有無は問いません。仲間づくりや体力の増強の目的でもご参加ください。	地域における野球を通じた仲間づくりと健康維持の促進を図り、まだ夢を追いかけ、かつて野球少年少女だった人たちの為に活躍とアピールの場を設けることに尽力しています。	10,000円/年（学生は半額）	不定期に屋外練習あり
73	ハッスルクラブ	ビーチボールバレー	13	毎週 火曜日 19:00-21:30	村上体育館 アリーナ	同上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。経験者はもちろん初心者も大歓迎です。即日馴染めるクラブです。	特になし	2,000円/年	大会開催時はその都度参加
74	太田教室	ソフトテニス	11	毎週 金曜日 10:00-12:00	【晴天】瀬波テニスコート 【雨天】瀬波体育館	ソフトテニスの基本練習とゲーム	会員相互の健康と親睦を図ることを目的として活動しています。市民大会等の各種大会への参加を目指しています。	特にありません。	5,000円/年	
75	フラッシュ	バレーボール	6	毎週 土曜日 19:00-21:00	神納小学校	バレーボールの練習・試合	初心者から経験者までいろいろな人が参加しています。「楽しい」を一番に考え活動しています。	学生、社会人、いろいろな人とバレーボールで交流し、体を動かして体力アップになります。	500円	
76	ZigZag	バレーボール	14	毎週 水曜日 19:00-21:00	神林中学校 体育館	バレーボールを通じて親睦を深める	年齢問わず、初心者でも気軽に参加できる団体	特になし	500円（参加費）	
77	Esperanza（エスペランサ）	フィットネス（ZUMBAエアロビクス）	15	毎週 金曜日 20:00-21:00 毎週 土曜日 20:00-21:00	クリエート村上 多目的ホール	フィットネスを通じて心身の健康づくりを図る	毎週金曜日にZUMBA、土曜日にエアロビクスを行っています。自分の都合やペースに合わせながら、気軽にフィットネスを楽しむ時間を使っています。	情報交換や交流の場としても活用いただいています。	500円/1回	
78	40-30（フォーティーサータイー）	硬式テニス	8	毎週 火曜日 19:30-21:30 毎週 水曜日 19:30-21:30	瀬波テニスコート	硬式テニス練習	ローカル大会出場を前提とした練習を主に活動している。	特になし	ボール代・コート代を徴収	
79	一好会	剣道	17	毎週 月・火・水・木・金曜日 16:00-18:00	村上第一中学校 武道場	剣道の修練を通じて、青少年の健全な育成と、「心気力一致」を目指し、修練します。	剣道を通して技量向上を図り、分けても楽しく歡迎され、共に切磋琢磨し相互に学び合える場でありたいと思います。	剣道の活動を通じて地域の発展に役立てる会でありたいと思います。	無	
80	ラフスタイル	バレーボール	15	毎週 金曜日 19:30-21:00	山辺里体育館	バレーボールを通じて心身の健康を図る	20代～50代で構成されている会になります。バレーボールに興味のある方は山辺里体育館へ足を運んでみてください。どなたでも大歓迎です。	大会等には積極的に参加しています。	3,000円/年	
81	村上市役所バレーボール部	バレーボール	45	毎週 木曜日 19:00-21:00	神納小学校	大会に向けてバレーボールの練習	大会に向けて仲間とともに切磋琢磨しながらバレーボールの練習に励んでいます。	市の職員以外にも参加者がいて仲良く活動しています。	500円/月	
82	村上信用金庫 野球部	野球	23	月1回程度 土曜日 9:00-12:00	岩船運動広場	活動を通じて職員相互の親睦と心身の健康を図る	村上信用金庫の職員で構成し、野球をメインに活動している団体です。	「地域と共に」をモットーに事業活動を行っている村上信用金庫です。活動を通じて地域貢献・健康維持に取り組んでいます。	有	
83	KISH	ソフトバレーボール	11	毎週 金曜日 19:00-21:00	保内小学校	ソフトバレーボールの練習・交流	KISHは主に村上市出身メンバーで構成されています。バレーボールを通し出会い、仲間づくりを目指しています。又、県内外の大会などへ参加し幅広く活動しています。バレーボールを通し仲間づくりや、大会では上位入賞を目指し活動していきます。	初心者の人や、ママさん世代の参加が多いです。バレーボールを通し「体力づくり」「多世代との交流」を目指していきたいと思っています。	1,000円/年	令和7年8月までは、毎週土曜日に活動。
84	ナーレイアアラオカマイル荒川	フラ	6	第2・3・4週 金曜日 19:00-21:00	荒川総合体育館 会議室	フラ・曲に合わせて踊る	曲に合わせて踊りを楽しめる、1年に3曲くらいのペースでやっています。	瀬波ハワイアンフェスティバルに参加、又、各イベントに参加要請などあれば検討いたします。	不定期で1,000円～2,000円	瀬波ハワイアンフェスティバルに出場
85	Trust	ソフトバレー	13	毎週 木曜日 19:00-21:30 毎週 土曜日 19:00-21:30	荒川総合体育館	ソフトバレーを通じて交流を深め、大会上位進出を目指す。	ソフトバレーが好きなメンバーが集まり、大会では常に優勝目指して練習しています。	20代～50代までと幅広い年齢層が交流を持ち明るく楽しく活動しています。	700円/月	
86	村上しんさんバスケットボールクラブ	バスケットボール	20	月1回程度 基本的に平日曜日 19:00-21:00	村上市内体育館（主に朝日総合体育館）	バスケットボールクラブの活動を通じて、職員相互の親睦と身心の健康を図る。	村上信用金庫の職員で構成し、バスケットボールをメインに活動している部活です。	お客様・地域社会・村上信用金庫の発展と幸せのために最善を尽くすことで経営理念に掲げる村上信用金庫です。バスケットボールを通じて、地域貢献・健康維持に取り組んでいます。	無	
87	山北地区ゲートボール連盟	ゲートボール	18	曜日関係なく晴れの日は活動	山北地区のゲートボール場	ゲートボールを通して仲間づくり	ゲートボールを広く普及し、会員相互間の親睦と健康の増進に努め、もって地域社会の発展に寄与すること。	老人クラブを通して仲間づくり	2,000円/年	
88	COPAIN	バスケットボール	7	毎週 月曜日 19:00-21:00	山北中学校	子供らのバスケットボール技術向上	特になし	特になし	無	

認定番号	団体名	種目	構成員数	活動日時	主な活動場所	活動内容	団体の紹介（100文字程度）	団体の地域貢献（アピールポイント）	会費	その他
89	MCI	軟式野球	12	不定期 土・日曜日 13:00-18:00	村上球場	練習・試合を通して絆を深める	同世代で構成された軟式野球チーム。初心者も数名いますが、大会で優勝しました。全員で楽しく活動しています。	地元の大大会やチームとの試合を行い、積極的に交流を深めています。	2,000円/年	山辺里地区野球大会優勝（令和5年・6年）
90	護身会	護身術・剣術	9	毎週 火曜日 19:00-21:00	村上体育館 柔道場	護身術を基盤とした柔術・剣術の稽古	護身術を通じて柔術・剣術を稽古し、日常的な身体能力向上・健康維持の助けとなるように努めます。	参加する会費それぞれが困難に対応する心を体を通い、長じてそれが会員の周囲にいる人々の助けになると信じています。	1,000円/月	
91	山北卓球クラブ	卓球	13	毎週 月曜日 19:00-21:00 毎週 木曜日 19:00-21:00	山北総合体育館	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、30代～70代までの幅広い年代のメンバーで週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「ラジボール」や村上市内外の大大会への出場など、色々な活動を行っている卓球クラブです。	スポーツ少年団や中学校の融合型活動などで、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。	3,000円/年	
92	ひまわりクラブ	ソフトテニス	11	毎週 水曜日 13:00-15:00 毎週 金曜日 13:00-15:00	村上体育館	定期練習、大会参加、他団体との交流	会員の8割は若い女性です。興味がありましたら練習を覗いてみてください。	特になし	3,000円/年	
93	神林バドミントンクラブ	バドミントン	20	毎週 火曜日 19:00-21:00	神林総合体育館	バドミントンの技術向上と健康・体力の維持向上に取り組む	気軽に参加できるバドミントンクラブです。技術向上を目指す方から初心者の方まで幅広くバドミントンを楽しめま	定期練習に初心者参加も可能で初歩から指導も行っています。中高生の参加も可能で技術向上に向けた指導を行って	1,500円/月	週末等に臨時の練習会もあります。市内を含めた、各種大会への参加もしています。
94	神林硬式テニスクラブ	テニス	23	毎週 土曜日 13:00-17:00 毎週 日曜日 13:00-17:00	平林体育館	練習・大会出場	年を取っていますが、みんな和気あいあいとしています。	特になし	2,500円/年	
95	新成会	バレーボール	12	毎週 金曜日 19:30-21:00	神林中学校	練習・大会出場	経験の有無を問わず、練習を中心に楽しくバレーボールをしています。会員も募集しています。	バレーボールを通じて「体力づくり」や「多世代との交流」を目指し、競技人口の増加、地域の活性化につながればと願っています。	1,000円/年	
96	HONSORE	フットサル	8	第2・4週 土曜日 18:00-21:00	平林体育館	フットサルで交流を図る	健康増進、仲間づくりを目的にし、20代中心で楽しくフットサルをしています。大会にも参加予定です。	村上市内、地区外の方、どなたでも大歓迎です。	2,500円/年	
98	関口遡ing	バレーボール ソフトボール 駅伝練習等	43	毎週 金曜日 19:00-21:00	朝日みどり小学校	朝日地域等で開催している大会や催しなどに参加	関口遡ingは、関口集落に住んでいる住民及び関口集落出身で村上市内に在住している人。また、近隣集落で代表者が認める住民で構成しています。一年間を通して、健康増進や集落住民同士の親睦を深めるため、小・中学生をはじめ、20代から60代の人が、様々な競技などに参加し楽しんで世代間の交流を図っています。	関口集落は、約90世帯で約250人の集落ですが、旧朝日村時代から野球、ソフトボール、駅伝大会、バレーボール大会などに参加し、好成績をおさめています。小学生は、ほとんどの児童がスポーツ少年団に入団していて、20代～60代までの幅広い方が参加して交流を図り、集落をあげて応援してもらっています。大会参加後は公民館で慰労会を開催し、世代間の交流にも力を入れております。また、集落行事への参加など積極的に地域を盛り上げようと考えています。	1,000円/年	競技によって、朝日多目的グラウンドを借りたりしている。
99	千鶴どりーむくらぶ	ビーチボール	8	毎週 火曜日 19:00-21:30 毎週 水曜日 19:00-21:30	朝日総合体育館	練習・大会参加	何れ特徴がないのが特徴。70歳クラスでの全国大会優勝が目標	特になし	2,000円/年	
100	日本国太鼓保存会	和太鼓演奏	12	毎週 木曜日 19:00-21:00	山北中学校第二体育館	毎週木曜日の練習を行っています。各種のイベントでの演奏や、さんばく小学校での太鼓指導を行っています。	昭和61年から活動を続けて40年になりました。その間、山北地区を中心に県内外での太鼓フェスティバルや各種イベントに招かれて演奏しています。	例会式や応援での演奏などイベントを盛り上げること、さんばく小学校で3年生に年度末までに太鼓の演奏披露が出来るように指導を行い、皆さんに喜んでもらっています。	1,000円/年	
102	楽テニ	テニス	9	毎週 月・水・金・土曜日 20:00-21:30	瀬波テニスコート	テニスの練習	テニスの大会に出場し、勝ち負けを経験することにより自分の改善点に気づくと思います。それを修正する過程を通じ心身の張さを得られるような会にしたいと考えています。	身心を鍛える事で意欲的な人間を育成します。その事で地域の活性化につながればと思います。	1,000円/月	レベルに応じ大会出場（通年）
103	フォーマンテニス	フォーマンテニス	8	毎週 月・水曜日 9:30-12:00	荒川総合体育館	フォーマンテニスを通し心身の健康を図る	テニスコート半面に4人ずつ入り、ワンバウンドで返す、高齢者でも動けるテニス、当たってもいたくないやわらかいボール休みながらおしゃべりを楽しみつつ運動。体育館の中なので雨でもOK	特になし	5,000円/年	
104	さんばくスポーツバーズ (Sangoku SPORTS BIRDS)	硬式テニス	11	第1・3週 水曜日 15:00-18:00	山北テニスコート 山北総合体育館	硬式テニスの練習、スポーツを通じての交流・仲間づくり	30～70代、小学生を含め、幅広い世代のメンバーが参加している団体です。テニスを中心に”やってみたい”スポーツを楽しむことを通じて仲間との親睦を深めています。スポーツを通じて生き生きと、楽しく豊かな山北での日々を送りたい、そんな仲間を増やしたい仲間です。	硬式テニスを”やったことがない”人（もちろん経験者も！）大歓迎です。週に一度は村上地区からコーチを招いてますので、技術の向上も可能です。楽しむ、という目的での参加も良いですよ。春から秋にかけて試合へ出ることや村上・荒川・鶴岡などほかのテニスクラブとの親睦も深めています。山北地区では馴染みがない硬式テニスを、地域のこどもにふれてもらう機会も創出します。	参加の回数に応じて、3ヶ月ごとに活動費（4,000円前後）を徴収	
105	Agéable	バレーボール	8	毎週 土曜日 18:00-21:00	神林中学校	バレーボールを通じて心身の健康を図り、多くの人との交流の場にしていきたい。	男女、年齢問わずおもしろ・楽しいバレーライフをコンセプトに練習を通じて仲間意識も高め、相手を思う気持ち、感謝の気持ちも大切に仲間と活動していきたいと考えています。	バレーボールを通じて活気のある若者の増加に努めます。また、その中でも相手を思う気持ちや、何事にもあたりまえだとせず感謝する気持ちを持てる人作りに努めています。	5,000円/年	
106	MFC	グローブ空手	19	毎週 月・水曜日 19:00-21:00	村上体育館	グローブ空手を通して心身の健康を図る	格闘技に興味がある。運動不足の解消、ダイエットのため。ストレスの発散。などなど、いろいろな世代の人が様々な目的で活動しています。実力や目的に合わせた練習で楽しく汗をかきましょう！	様々な町内、幅広い世代の会員があるので、格闘技の技術向上だけでなく地域住民としてのつながりが深まります。	社会人1,000円、学生500円	
107	やまきた	バレーボール	15	毎週 土曜日 19:00-21:00	山北総合体育館	バレーボールを通して心身の健康増進を図る	20～40代の男女で活動しています。みんなでワイワイ盛り上がりながら「楽しく体を動かす」ことを目的に活動しています。	誰でも参加可能なバレーボールを久しぶりにやりたい、何かスポーツをしたいと考えている人はいつでもウェルカムです！	2,000円/年	
108	笑顔軍団 荒川	バレーボール	32	毎週 火曜日 16:00-18:00 毎週 金曜日 9:30-11:30:00（長期休暇時） 毎週 土曜日 17:00-19:00	荒川中学校体育館 保内小学校体育館	バレーボールを通じて地域住民の繋がりが笑顔の輪を広げる。	中学生とその保護者が主体となって始めた団体です。活動を通し、バレーボールの基礎知識を習得しつつ、楽しさを共有したいと思っています。	球技大会みたいに、老若男女問わずバレーボールを楽しむ時間と場所を作りたいと思います。	1,000円/年	
109	EMERON	バレーボール	13	毎週 金曜日 19:00-21:00	瀬波小学校体育館	バレーボールを通じて心身の健康を図る	年代・性別を問わず男女13名で楽しく活動をしています。バレーをやってみたい人、運動したい人大歓迎です。	会員相互の親睦を深め、健康維持に努めています。	500円/月	
110	荒川陸上教室	陸上競技	8	毎週 月・火・水・金曜日 16:40-18:30 毎週 土曜日 13:30-16:00（小学生は15:30まで）	荒川中学校グラウンド 荒川中学校体育館	陸上競技の技術練習	荒川陸上教室では、たくさんある陸上競技の種目練習を、グラウンドや体育館で行うことができます。対象は全年代です。会場は、荒川中学校グラウンド、冬場は荒川中学校体育館で活動を行います。平日（水曜を除く）は16:40～18:30、土曜日は13:30～16:30（小学生は15:30まで）の活動となっています。ただし、参加者の状況（お仕事や学習、習い事や塾など）によって、すべてに参加できなくてもかまいません。	陸上競技は、たくさんさんの種目があり、自分の適性などに応じて種目を選びます。「荒川陸上教室」では、そんなニーズに応えようと年間を通じて様々な種目の体験や練習ができるように工夫しています。特に、神倉遊びの練習環境を整えていて、グラウンドや体育館で親睦練習ができます。これは新潟県内でもないんじゃないかなと思います。その他にも、走り高跳びやハードル走、砲丸投げや円盤投げなど、グラウンドでも体育館でも練習できる環境を整えています。指導者は、これまで中学校の陸上競技部顧問として指導実績を生かして、参加者それぞれの個性を伸ばす指導を行います。	前期（4月～9月）5,000円 後期（10月～翌年3月）5,000円	
111	3B体操の会	3B体操	15	毎週 月・火・水曜日 10:00-11:30	山北総合体育館 さんばく会館 ゆり花会館	3B体操	用具を使用し体操やダンスをさまざまな曲に合わせて行うことであきずに楽しく継続することができます。運動が苦手な人でも安心して気軽に体を動かし体になりにくなく楽しく続けることができます。	どの教室での体験はいつでもOKです。（会費はいりません）集会などで体操をしたいなど体験したい方は講師を照会します。いつでも連絡ください。	2,000円/月	午後1:30～午後3:00迄の教室もあります。
112	村上バスケットボール	バスケットボール	5	毎月 日曜日 9:00-12:00	村上市内体育館	月1回程度集まり、バスケットボールの練習や試合を行います。	村上市内外のバスケットボールチームを集めて試合を行います。	バスケットボールを通じて、会員同士の交流を図ります。	無	