

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)	その他
1	上大町グランドゴルフ愛好会(K・G・A)	グランドゴルフ	22	毎週 月・水・金曜日 13:00-15:00 毎月 第4日曜日	若船運動広場	・グランドゴルフの練習と月例 ・他チームとの交歓試合を通じての親睦仲間作り		・我々チームは他の地区との交歓試合でも圧倒的に強いチームです。 ・全員ではありませんが「若小のプールの清掃」「いわずくの里の草刈」等のボランティアをやっています。	
2	月曜会	スポレック	9	毎週 月曜日 19:00-21:00 ☒	さんばく小学校	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、無理をしない楽しい飛び交う集まりです。		
3	黒刺道連盟居合道部村上支部	居合道	6	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著け、機に応じた身体の動きを修練するものである。東海では、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。	
4	ラマンズ	バレーボール	6	毎週 土曜日 19:30-9:30 ☒	山辺里体育館	バレーボールの練習	シニア世代でも少人数でも毎週楽しく良い汗を流しています。いつまでできるかわからないけれど皆さん前向きにがんばっています。仲間に入りませんか。	地区のバレーボール大会に参加、子・孫の世代の方と一緒に楽しく試合をしています。同じようなシニア世代の人と交流をし、楽しんでいます。	
5	OTC	硬式テニス	27	毎週 土・日曜日 9:00-13:00 ☒	4-11月 瀬波テニスコート 12-3月 山辺里体育館	講師木谷素の練習、大会出場	初級から中上級の人達で和気あいあいと練習中やっています。	テニスをやってみたいという人達を分け隔てなく相手をしています。	年8回ほど地方大会に参加
6	村上地域整備部野球部	野球	14	毎週 水曜日 18:00-19:30 ☒	若船運動広場	野球の練習、大会への参加	土曜日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。		7月に地区予選、9月に県大会に参加予定
7	村上ロイヤルズ	軟式野球	20	☒	村上球場 朝日球場 多目的グラウンド 若船運動公園	自己の健康維持と会員相互の親睦を図る事を目的として、地域の野球大会参加や野球道場の拡大を目指して活動。	昭和52年創設の歴史を持つチームです。40-60歳代のメンバー中心で活動しており、地域の野球道場の拡大を目的にして、年齢に応じた楽しむ野球を心掛けています。身体の衰えを頭脳と語術でカバーするロートルチームです。	スポーツ少年団や中学生硬式野球スタッフとして活動しているメンバーも多く、野球道場の拡大に寄与しています。	長野寺野球大会、市民野球大会、朝日ナイターリーグ戦、券チームとの交流戦 等
8	村上桜友会	ソフトテニス	34	毎週 水曜日 19:00-21:00 ☒	村上桜ヶ丘高等学校体育館 瀬波テニスコート	ソフトテニス	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。	村上市ソフトテニス連盟の事務局、村上市スポーツ少年団のコーチ等主軸として活動しています。	
9	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仲間作りと新進の健康維持	会員は60代-80代と多様ですが、皆さん元気で年齢を感じません。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30年近く経ちますが、年齢を問わず身体に負担の少ないスポーツですので、熟年の会の会員全員は「おばあちゃん」ですが、運動不足とストレス解消にと元気に参加されています。	
10	愛庭クラブ	ソフトテニス	10	毎週 火・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。	
11	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。	原則選考を迎えた会員が、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楽しんでいる。	若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。	2-3回の対外試合、スポーツフェスティバルに参加
12	ラージボール卓球会	卓球(ラージボール)	29	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の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、スピードが速く、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。初心者でも十分に楽しめるラージボール卓球を週年行っております。通常の卓球とボール大きさ以外にルール上細かい規定はありますが、とりあえずどんなラケットでも練習に参加できます。	
13	HOTMANS	バスケットボール	14	毎週 火・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、日々の練習を頑張っています。	2022年全国日本社会人選手権大会新潟県予選ベスト4	
14	村上卓好会	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、会員が宅急を楽しみ、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。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。	曜日や会場が都合により午前の場合と午後の場合があり参加しています。(各地区が主催する大会、一回は卓好会が主催)市内外の大会にも多くのメンバーが参加し、入賞者も出しています。卓球はジャンプやダッシュなどの爆発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。	
15	はなます	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 山辺里体育館	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。初心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、「昔やってみたいのでやりたい」などの要求にこたえている。	
16	グランドゴルフ 恵比寿クラブ	グランドゴルフ	14	毎週 水・土曜日 9:00-11:00 ☒	若船運動公園(半面)	4月から毎週水・土 3ラウンドプレー(仲間作り)	若船下浜町・老人クラブ恵比寿クラブ(会員37人)のクラブ活動の一環です	人、みんな仲良く行きましょう	
17	KID CLUB	ソフトバレーボール	10	毎週 日曜日 19:00-21:00 ☒	若船小学校	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体力維持に和気あいあいと体を動かしています。	地元の根付き活動している事。	
18	若船スポーツクラブ	バレーボール 卓球 ストレッチ体操	45	毎週 水曜日 19:00-21:00 ☒	若船小学校体育館	バレーボール、卓球、ストレッチ体操を通じて心身の健康を図る。	若船小学校体育館で活動内容と、総会、グランドゴルフ、旅行、ウォーキング、忘年会。		
19	40:30(フォーティサーターティ)	テニス	7	毎週 火・金曜日 19:30-21:30 ☒	瀬波テニスコート	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。		
20	村上グラウンド・ゴルフ協会	グラウンド・ゴルフ	48	毎週 夏場(週4回) 月・火・木・金曜日 9:00-11:00 毎週 冬場(週3回) 水・金曜日 9:30-12:00 毎週 冬場 水曜日 13:30-16:00	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屋内で年間を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あひ魅力いっぱいです。初めての方も歓迎です。ぜひ、見学をお願いいたします。	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NOP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。用具のない方は、貸し出しも行います。	
21	村上ビーチボール同好会	ビーチボール	47	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。若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と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。	
22	村上ソフトテニスクラブ(MTC)	ソフトテニス	28	毎週 火・木曜日 11:00-13:00 ☒	村上体育館(定期) 瀬波テニスコート(不定期)	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。村上体育館で毎週火・木の11時から13時まで練習。外に年3回お楽しみ大会を行い、終了後の懇談会も大好評です。「昔はテニスやっていたんだけど…今はうーん!」と思いついてる方、勇気を出して練習に顔を出してみませんか!	村上市ソフトテニス連盟には、11の特色あるクラブが市民皆スポーツの実現に向けて、初心者から上級者まで、また、子供から高齢者までを多様受け入れ、活動しています。こうした中で当クラブは、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。今後も人口減少と高齢化に対応した連盟の活性化に寄与していきたい。	土・日曜日は、ソフトテニス連盟の合同練習に自由参加(瀬波テニスコート)
23	K F C	ビーチボールバレー	8	毎週 火曜日 19:30-21:00 ☒	朝日総合体育館	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。	
24	セクシーダイナマイト	バレーボール	13	10月～翌年1月 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。	
25	ソフト1・2・3	ソフトテニス	10	毎週 金曜日 9:00-12:00 ☒	荒川総合体育館(半面)	心身の健康、ソフトテニスの技術向上	会設立から9年目に入り、上級、中級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。		
26	ソフトテニスサークル	ソフトテニス	10	毎週 月・木曜日 9:00-12:00 ☒	荒川総合体育館(半面)	ソフトテニスを通じて、心身の健康を図る	ソフトテニス愛好者が集まって、試合形式の練習をしながら、日々のストレス発散及び体力の維持に努め、楽しみながら運動しているサークルです。	運動を通して、日々の健康作りに努力しています。	
27	下郷治屋スポーツ愛好会	ソフトバレーボール	8	毎週 月曜日 19:30-21:00 ☒	保内小学校 体育館(半面)	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。	下郷治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歳から上は87歳まで楽しく体を動かしています。	下郷治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し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。	
28	荒川スポレック同好会ポパイ	スポレック	10	毎週 月曜日 19:30-21:00 ☒	村上市立金屋小学校 体育館	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9年目に入ります。会員数が少なく、同好会として活動しておりますが、学生をはじめ若い人達の入会を募集しております。50-60歳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。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、単発での参加をご案内申し上げます。	

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）	その他
29	KSCクラブ	スポーツ競技全般	15	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（半面）	スポーツ全般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。（ボランティア活動等）	
30	MMTC	スポレック	7	毎週 土曜日 19:30-21:00 ☒	瀬波小学校体育館（半面）	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戻ります。初心者、ラケットスポーツ未経験者でもすぐ楽しめます！会員募集中です！お気軽にお問い合わせください！	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？	外部の大会参加（随時）、親睦会（適宜）、総会（3月）
31	クローバークラブ	フォーマンテニス	15	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（半面）	フォーマンテニスを通じて仲間づくり	今現在は15名女性だけです限定はしていません。60才以上から80才以上そんな年齢の人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います。	
32	マーベリック	ソフトバレーボール	12	毎週 月・木曜日 19:00-21:00 ☒	保内小学校（半面）	ソフトバレーの練習、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		各地域ソフトバレーボール連盟主催大会に参加予定
33	荒川ビーチボールクラブ	ビーチボールバレー	13	毎週 木曜日 19:30-21:30 ☒	荒川総合体育館アリーナ（半面）	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いただける方、大歓迎です。	特になし	
34	フォーマンテニス	フォーマンテニス	12	毎週 月曜日 13:00-15:00 毎週 水曜日 9:30-12:00	荒川総合体育館（半面）	フォーマンテニスを通しての健康作り	テニスコート半面に人はずつ8人でプレー。ワンバウンドしてから玉をラケットでうけ取る人がスマッシュ又はかき返したりラリーが続けば楽しい。硬式のラケットよりよじょとみじかいので初めはなれなれまで空ぶりがあつたがなれてくると取れてくる。	いろいろな年の人との出会い、年も関係なく神様からも前は中条からも来てくれたのでこの人でもかまいません。テニスの経験がなくても大丈夫	
35	ハッスルクラブ	ビーチボールバレー	10	毎週 火曜日 19:00-21:30 ☒	村上体育館アリーナ（半面）	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。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	大会開催時は都度参加
36	水曜会	ソフトテニス	15	毎週 水曜日 11:00-13:00 ☒	瀬波テニスコート 瀬波体育館	技術練習、ゲーム	・シニア、シルバーの団体 ・和気園々の雰囲気楽しく・活発に活動している	団体の紹介と同じ	
37	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（全面）	基本練習、ゲーム	村上ソフトテニス連盟による実技講習。昭和63年に結成。会員数 男2名、女7名。年齢70～90才。会員以外の参加も可。	地域貢献。 特に指導者はいないが各人の都合や体調に合わせて、自由に参加し活動している。 活動内容は基本の技術練習後、くじ引きでペアを決めゲームを楽しんでいる。	
38	ECHIGO歩こう会	ウォーキング	18	夏期7.8.9月 毎週 土曜日 6:00-7:15 冬季 12.1.2.3月 火・金曜日 13:30-15:00	夏期 荒川総合体育館前集合、後ウォーク。 冬季 荒川総合体育館2Fトラック。	本会は、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、自分ももとより人や社会を明るく元気にすることを目的とする。 (1)ウォーキング振興のための定例及び通時のウォーキング (2)ウォーキング振興事業他	・歩くことを通して健康維持・増進と、仲間づくりを目的としている会で。任意の民間団体で、本年4月から15年目に入ります。 ・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ウォ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、筋トレを通し健康維持を図る。 ・小学校秋の遠足引率ボランティアに8年連続参加。 ・毎年荒川運動公園清掃ボランティアを続けている。他	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） 4.5.6月 月1回実施 10.11月 月1回実施
39	ウェルネスクラブ	スポレック ビーチボール 健康太極拳	39	スポレック 毎週 水・金曜日 19:00-21:00 ビーチボール 毎週 金曜日 19:00-21:00 健康太極拳 第2.4土曜日 10:00-11:00	・スポレック ・村上体育館（半面） ・山辺里小学校（半面） ・ビーチボール ・瀬波体育館（全面） ・健康太極拳 ・村上体育館柔道場	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を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。	
40	酒×鮭	卓球	12	毎週 月曜日 19:00-21:30 ☒	荒川総合体育館（半面）	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たらと思っています。	
41	荒川ソフトテニスクラブナイター	ソフトテニス	16	毎週 火・金曜日 19:00-21:30 ☒	荒川総合体育館 アリーナ（半面）	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。	
42	ジャンプクラブ	ソフトテニス	15	毎週 金曜日 19:00-21:00 ☒	金：村上坂ヶ丘高等学校体育館 土・日：<日中>瀬波テニスコート 他：荒川テニスコート	ソフトテニスの練習、会員の親睦	主に40代～70代のメンバーで、ソフトテニスを楽しんでいます。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たたかな雰囲気です。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。	土・日曜日には、瀬波コートで活動。
43	村上レッドロイヤルズ	軟式野球（遠征野球）	31	毎週（2月～10月）主に土曜日 13:30-15:30 ☒	・村上球場（4～11月） ・朝日多目的ドーム（2～3月） ・神林球場（祭大会）	新潟県遠征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60歳以上の球友が集い、愛する野球を通じて会員の心身の健康保持と親睦を図るとともに、機会を捉えて地域の青少年健全育成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	各種大会（試合）参加、懇親会の開催
44	瀬波ラージボールクラブ	ラージボール/卓球	27	毎週 月・火・木・土曜日 12:00-15:30 ☒	瀬波体育館	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、楽しく過ごすための活動を行う（毎週・月、火はラージボール、木、土は卓球練習）	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。	年、中途入会者の場合 会費の減額も有り	
45	村上信用金庫 野球部	野球	24	月1回程度 土曜日 9:00-12:00 ☒	岩船運動公園（半面）	野球部の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部です。	「地域の皆さまと共に」をモットーに事業を営む村上信用金庫です。野球を通じて、地域貢献、健康維持に取り組んでいます。	
46	山北剣友会	剣道	5	毎週 木曜日 19:00-20:30 ☒	山北総合体育館（半面の半分）	剣道スポーツ少年団指導及び種古	全日本剣道連盟の剣道理念「剣道は剣の理法を修練による人間形成の道である」に基づいて種古に励む、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 ・笹川流れマラソン大会協力	
47	山北卓球クラブ	卓球	14	毎週 月・木曜日 19:00-21:00 ☒	山北体育館アリーナ 月：半面 木：1/4面	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、いろいろな活動を行っている卓球クラブです。	スポーツ少年団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。	
48	荒川ソフトテニスクラブゴールド	ソフトテニス	19	4月～11月 毎週 月・木曜日 13:00-16:00 12月～3月 毎週 月・火曜日 13:00-16:00	荒川総合体育館（半面）	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歳以上の活気のある団体です。	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	市民大会・グランドベテラン大会等に参加しています。
49	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・金曜日 19:30-21:00 ☒	山北総合体育館 アリーナ（半面）	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。	
50	ミドルクラブ	野球	22	毎週 火、又は金曜日 19:00-21:00 ☒	山北総合体育館（アリーナ除く） 山北野球場 山北多目的グラウンド（半面） 山北コミュニティセンター体育館	野球通じ心身の健康・交流を図る	私たちミドルクラブは、野球小僧精神を襲いで行く事は基より、野球人口が減少中、一人でも多くの仲間に入って、交流を深めていきたいと頑張っています。	野球を続けたい人の受皿となって、一人でも多く、長く野球が楽しめるよう活動すること。又、青野球全国大会に参加し、新潟村上のアピールにつとめています。	交流試合、青野球全国大会（5/7）
51	山北地区 ゲートボール連盟	ゲートボール	33	不定期 ☒	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	ゲートボールを通して仲間づくり	スポーツ団体として、ゲートボールの普及と会費相互の親睦を深め健康体力、生きがいと共に社会的貢献を目標に活動します。	老人クラブを通して仲間づくり	曜日、時間に関係なく晴れの日にはゲートボールをする。
52	山北グラウンド・ゴルフクラブ	グラウンド・ゴルフ	28	毎週 月・木・金曜日 9:30-11:30 ☒	・4月～11月 山北球場 ・12月～3月 山北総合体育館 アリーナ	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太いに役立って感じています。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、練習や試合でも気軽に参加できるのが特徴です。	クラブ活動を通して協力が盼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。	
53	フライデー	ソフトテニス	9	毎週 火曜日 13:00-15:00 毎週 水曜日 11:00-13:00	村上体育館（半面）	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伸ばす役目を果たしています。	

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)	その他
54	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(半面)	卓球の練習、大会の開催、仲間づくり	卓球は老若男女を問わず楽しめるスポーツです。私たちは、毎週土曜日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、卓球人口拡大に励んでいます。	新春卓球大会は、開催回数70回以上と元日マラソンと並び、村上市の恒例のスポーツイベントとして毎年多くの方の参加を得ています。競技の発展を願い、今後も活動を続けて参ります。	
55	Trust	ソフトバレーボール	15	毎週 木・土曜日 19:00-21:30 ☒	荒川総合体育館(半面)	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心身の健康を図る。	常に県No.1を目指して活動しています。	ソフトバレーボールを通じての交流と健康の促進	
56	卓球倶楽部ハビネス	卓球	10	毎週 木曜日 19:00-21:00 ☒	瀬波地域コミュニティセンター体育館(半面)	週に1度、市内体育館で活動中	「ハビネス」は卓球が好きで〇〇年ぶりのリターンプレーヤーや初心者、子供が集まるグループです。さらに経験者も加わり各大会に参加し、成績に関係なくとも盛り上がっています。卓球を通して心も体もフレッシュしましょう！！	卓球を通して、健康増進	正月、お盆、連休、天候などにより休みあり
57	HICK	バスケットボール	10	毎週 金曜日 19:00-21:00 ☒	平林体育館	バスケットボールの練習、仲間づくり	村上市民を中心に20-30代のバスケ好きが集まり、毎週楽しく試合をしています。時には、大会参加や練習試合なども行っています。	地域のローカルバスケ大会が行われる際には参加や運営協力を積極的に行います。	
58	OA	バスケットボール	11	毎週 火曜日 19:00-21:00 ☒	平林体育館	バスケットボール練習、大会出場	30代が主なメンバーのバスケットボールチーム。村上市、新潟市、新潟市で開催される大会へ毎年出場しています。	村上市内のチームと積極的に交流。大会に積極的に参加している。メンバー家族もバスケットボールを始める等、スポーツの楽しさを自分達が一番に楽しみながら発信している。	
59	村上ソフトバレーボール連盟	ソフトバレーボール	15	不定期 ☒		ソフトバレーボール競技の技術向上と健康な体づくり	ソフトバレーボールの技術向上と健康な体づくりを目的とした村上市内のソフトバレーボール愛好者加盟の連盟です。	新潟県ソフトバレーボール連盟主催大会や社会福祉協会等のボランティアスタッフとして積極的に参加しています。	新潟県ソフトバレーボール連盟所属下越支部
60	フライデー	卓球	7	毎週 金曜日 19:00-21:00 ☒	瀬波体育館	卓球の練習を通して明るく楽し健康の輪を大切に親睦を図ると共に技術の向上を図る	卓球が大好きな人達です。年齢関係なく男女関係なく皆と練習を通して明るく楽しく和気あいあいとしています。	・昨年コロナ禍の為大会等に参加できなかったので近郷の大会に参加し地域の人の交流を持ちたいと思います。 ・フライデーは年令問わず30-70代の年令の団体です。	村上地区近郷の大会等に参加予定
62	山北ミニテニス連盟	ミニテニス	26	【ここにクラブ】 毎週 月曜日 19:30-21:00 10:00-11:30 【恋々クラブ】 毎週 火曜日19:30-21:00 【八幡スポーツクラブ】 毎週 金曜日19:30-21:00 水曜日	【ここにクラブ】 山北総合体育館アリーナ 【恋々クラブ】 猿沢小学校体育館 【八幡スポーツクラブ】 さんばく小学校体育館	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、原屋地区及び藤木地区及び朝日地区猿沢小学校の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むのも特徴です。村上市では下記の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、和気あいあいに練習・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。	
63	まそっぷ	バレーボール	14	毎週 水曜日 19:00-21:00 ☒	金屋小学校(半面)	バレーボールの練習、体づくり	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下さい。	市内の大会に参加し、スポーツの振興に貢献しています。	
64	バドミントン同好会	バドミントン	5	毎週 水曜日 19:00-21:00 ☒	瀬波体育館(半面)	バドミントンの練習	新たなメンバーも募集中です。お気軽に顔を出してください。		
65	あさひスゴレック同好会	スゴレック	7	毎週 月曜日 19:30-21:00 ☒	朝日さくら小学校 体育館(半面)	健康維持・体力向上と生涯スポーツとして活動している。	スゴレックは、世代を超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、競技志向の方に物足りないと思いますが、会員同士が和気あいあい楽しく活動できる団体です。	月曜日が祝日の場合は、活動しません
66	BBC	ビーチボールバレー	7	毎週 土曜日 19:00-21:00 ☒	山北総合体育館 アリーナ 入口側(半面)	ビーチボールバレーの練習、ビーチボールを通して仲間づくり	現在、人数が少ないので、活動がありません。簡単に誰でもできるスポーツなので、皆様の参加をお待ちしております。	ビーチボールバレーで地域を活性化できたらと思っています。	
67	荒川卓球サークル	卓球	15	毎週 火・金曜日 9:00-12:00 ☒	荒川体育館 アリーナ(半面)	卓球を通じ会員の心身の健康増進を図る	会員の多くは65才以上の高齢者ですが皆さん元気卓球を楽しんでいます。市外者も数人混じっているが仲よくやっています。	市民に広く門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。これからも宣伝につとめ会員を増やしていきたい。	
68	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、フットサル	18	毎週 金曜日 19:00-21:00 ☒	山辺里第二体育館	サッカー、フットサルを通じて心身の健康や技術の向上を目指す。	本団体は、全員が新潟リハビリテーション大学に通学しており、勉強と運動の両立を目指しております。また村上市の大会に出場することにより、地域の方々との交流をし、地域に貢献していきます。	村上市の大会に参加し、地域の中学生や高校生と試合をする事でお互いの技術向上やつながりを目指しています。	
69	ナレリアアラオカマイレ荒川	フラダンス	6	第2週 第3週 毎週 金曜日 19:00-21:00 ☒	荒川総合体育館 会議室	フラダンスの練習	・優雅な曲と踊りでリフレッシュでき、体力作りもできます。 ・1曲は約3か月くらいで覚える為、ゆっくりと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。 ・見学、体験お待ちしております。	
70	zigzag	バレーボール	17	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深める	年齢問わず、初心者でも気軽に参加できる団体		
71	新成会	バレーボール	8	毎週 金曜日 19:00-21:00 ☒	村上市立神林中学校(半面)	練習会、大会	年齢や性別、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。会員も募集中です。	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、競技人口の増加、地域の活性化につながると願っています。	
72	さんばくスポーツバード(Sanpoku SPORTS BIRDS)	硬式テニス スゴレック 卓球 バドミントンなど	9	【コーチの指導日】毎週 水・木曜日 9:10-11:10 【通常練習日】毎週 水・木曜日9:10-10:10	さんばく地区テニスコート 【雨天時、又は冬季期間】 山北総合体育館(半面) or コミュニティセンター	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代と、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！)」も大歓迎です。週に一度は村上地区からコーチを招いていますので、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・鶴岡の他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、地域のこどもに触れてもらう機会も創出します。	季節により曜日は変動します。
73	K I S H	ソフトバレーボール	13	毎週 金曜日 19:00-21:00 ☒	保内小学校(半面)	ソフトバレーボールの練習・交流	K I S Hは主に村上出身のメンバーで構成されています。バレーボールを通し出合い仲間を作り今があります。又、県内外の大会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作りや大会では上位入賞を目指し活動しています。	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。	
74	Esperanza (エスペランサ)	フィットネス (ZUMBA、エアロビクス)	15	毎週 金・土曜日 20:00-21:00 ☒	村上農村環境改善センター 大集会所 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てながら気軽にフィットネスを楽しむ時間を作っています。	情報交換や、交流の場としても活用頂いています。	
75	土曜会	ビーチボールバレー	11	毎週 土曜日 19:00-21:30 ☒	村上体育館 アリーナ(半面)	ビーチボールバレーの練習及び大会への出場	上手下手関係なく親睦を深めることを重点的に楽しく活気溢れています。誰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。	大会開催時はその都度参加。
76	フラッシュ	バレーボール	15	毎週 月曜日 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て、体を動かして体力アップになります。	
77	太田教室	ソフトテニス	10	【夏季】第一 金曜日 10:00-12:00 【冬季】毎週 金曜日10:00-12:00	【夏期・晴天】瀬波テニスコート 【冬季・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めざしています。		
78	No smoking	バスケットボール 他	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。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。	
79	クローバー	ソフトバレーボール	12	毎週 水・金曜日 19:00-21:00 ☒	保内小学校体育館(半面)	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無くスポーツを楽しむ団体です。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。	スポーツを楽しむ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。	
80	八日市グランドゴルフクラブ	グランドゴルフ ポッチャ	12	毎週 水・土曜日 13:30-15:30 ☒	岩船運動広場(半面) 八日市区民会館	グランドゴルフ・ポッチャを通じて運動不足解消を図る。			・4月-10月グランドゴルフの練習 ・11月-3月ポッチャの練習
81	横山体育会	ソフトバレーボール	9	毎週 木曜日 19:00-21:00 ☒	村上市立神納小学校	ソフトバレーボール競技の技術向上と健康な体づくり	ソフトバレーボールの技術向上と健康な体づくりを目的としたグループです。	競技マラソン等のボランティアスタッフとして積極的に参加しています。	練習会等(不定期開催)

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）	その他
82	愛球クラブ	フットサル	7	毎週 月曜日 19:30-21:30 ☒	山辺重体育館	フットサルの練習、フットサルを通しての仲間づくり	楽しく参加できるフットサルクラブとして活動しています。	年齢を問わず、現在まで活動してきました。性別、年齢を問わず、みんな楽しんでくれるクラブにできたらと思っています。	
83	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 19:00-21:00 ☒	神林中学校	課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。	
84	ラフスタイル	バレーボール	16	毎週 金曜日 19:30-21:30 ☒	山辺重体育館	バレーボールで心身の健康を図る	一致団結で大会の上位入賞を目指します。	地域の大会には出来るだけ参加して大会を盛り上げます。	年4回程度、大会参加予定
85	村上農林振興部 野球部	野球	18	毎週 火・木曜日 17:30-19:00 ☒	若船運動広場（半面）	野球の練習、野球を通りしての仲間づくり	農林振興部野球部です。 5月～10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、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。	8月頃、野球大会に参加予定
86	すなっしー	ソフトバレーボール	12	毎週 土曜日 19:00-21:00 ☒	村上市平林小学校体育館	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。	年間通して、村上市・胎内市・新発田市の大会に出場予定
87	スパナーズ	バレーボール	40	毎週 土曜日 19:00-21:30 ☒	源流体育館	バレーボールの練習、大会参加 小中高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年近く続く老舗チームで現在10代から60代までの男女40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。	大会前に別途練習あり
88	荒川ママさんバレーボールクラブ	バレーボール（9人制）	18	毎週 火曜日 19:30-21:00 ☒	荒川中学校 体育館（半面）	生涯スポーツの推進、ママさん同士の仲間づくり	生涯スポーツの推進、ママさん同士の仲間づくり	下越地区の大会、講習会には、指導もできるメンバーもいます。大会参加だけでなく、地区でもバレーボール推進にお手伝いしています。又、中学生の指導にも協力しています。若い世代のママさん、バレー好きの方、ぜひ加入して頂きたい。一緒に汗を流しましょう！！	
89	神林バドミントンクラブ	バドミントン	22	毎週 火曜日 19:00-21:00 ☒	神林体育館（バドバーク・アリーナ（半面））	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々から初心者の方々まで幅広くバドミントンを楽しめます。	・定例練習での初心者参加も可能で初歩からの指導も行なっています。 ・中・高生の参加もでき、技術向上に向けた指導を行なっています。 ・希冀者「バドミントン教室」での指導も行なっています。	・週末等の臨時練習もあります。 ・市内を含めた各種大会への参加もあります。
90	HONSORE	フットサル	9	不定期 日曜日 15:00-17:00 ☒	平林体育館	フットサルで交流を図る	健康増進、仲間づくりを目的とし、20代代中心で楽しく活動しています。大会にも参加予定です。	村上市内、地区外の方、どなたでも、歓迎です。	利用日：月初に確定します。
91	COPAIN	バスケットボール	10	毎週 月曜日 19:00-21:00 ☒	山北中学校体育館	バスケット練習	なし	なし	
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 11:00-13:00	村上体育館	定期練習、大会参加、他団体との交流	会員のほとんどが60歳以上の若々しい女性です。興味がありましたら練習を覗いてみてください。		
93	千歳どりーむくらぶ	ビーチボール	8	毎月 第4火曜日 19:00-21:00 ☒	芝太体育館	練習、大会参加	何も特徴がなすーいのが特徴 70歳クラスでの全国大会優勝が目標		
94	高根A・Z	バレーボール レクリエーション等	33	毎週 金曜日 19:30-21:00 ☒	高根体育館・高根グラウンド	高根区民及び高根出身者と高根区に訪れる関係人口との親睦を目的とした交流事業を行う。	村上市高根集落に在住、在勤、出身者と高根集落を訪れる関係人口がスポーツやレクリエーションなど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・レクリエーションなど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、「たのしみまちづくり」を高根から発信します。	
95	関口遊ing	バレーボール ソフトボール 陸上 卓球 スキー等	47	毎週 金曜日 19:00-21:00 ☒	朝日みどり小学校体育館	朝日地域等で開催している大会や催しなどに参加し交流に努めている。	関口遊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代の人々が、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、90世帯で約290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懇分会を開催し、世間話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ていこうと考えています。	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。
96	北浜町グラウンドゴルフ倶楽部	グラウンドゴルフ	19	毎週 火・金曜日 13:00-15:00 ☒	若船運動広場（半面） 北浜町公園 北浜町運動広場	グラウンドゴルフ等のスポーツ練習を毎週2回行うとともに、毎月大会を開催します。	本会は、グラウンドゴルフ等のスポーツを通じて、会員相互の親睦を深め、健康寿命の延伸を図ることを目的とするクラブです。	地域の人人々に、グラウンドゴルフの楽しさを普及させ、健康な人々の増加を図ります。	
97	日本国太鼓保存会	和太鼓	25	毎週 木曜日 19:00-21:00 ☒	山北中学校第二体育館	週一回の練習を続けています。各種イベントでの演奏、さんばく小学校での和太鼓指導	昭和61年から活動を続けて37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。毎週水曜日午後7:00～9時に山北中学校第二体育館で練習しています。	開会式や応援での演奏などでイベントの盛り上げる事とさんばく小学校で3年生へ、年度末までに演奏ができるように太鼓の指導を行い、皆さんに響んでもらっています。	団体構成員数25名 (内、子供13名)
99	M・A・C	フットサル	10	毎週 金曜日 19:00-21:00 ☒	神納小学校	フットサル	男女問わず参加しています。	地域の大会に出たりしています。	
100	IWFN	野球	15	毎月 第1・3日曜日 19:00-21:00 毎月 第2・4木曜日 19:00-21:00 毎月 第3日曜日 9:00-12:00	若船中学校体育館 若船小学校体育館 岩船中学校グラウンド 岩船運動広場 村上体育館武道場	野球の練習、野球を通しての仲間づくり	若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。主に草野球を通じた仲間づくりと、技術・体力の工場を目的とし、地域の大会にも積極的に参加しています。野球に興味がある人であれば、野球経験の有無を問いません。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、まだ夢を追いかけられる野球少年少女と、かつて野球少年少女だった人たちのために活躍とアピールの場を設けることに尽力しております。	
101	空手道 拳武会	空手	9	毎週 金曜日 19:20-21:20 ☒	村上体育館武道場	空手の稽古	上部団体等に所属していない単独の会です。古コンタクト（直接打撃制）空手の稽古や武術的な空手の稽古（研究）をしています。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。	
102	3B体操笑々	体操	26	毎週 月曜日 10:00-11:00 ☒	山北総合体育館	3B体操、会員相互の親睦	ボール、ベル、ベルあーの3つのBの手具を使い、音楽に合わせて、誰でも楽しみなながらできる健康体操です。「人生の最後まで自分のできる生活」を目指して筋トレ、脳トレ、笑いあり、和気満々で「3B体操・楽しんでます。	平均年齢70歳と年々高くなってきていますが、毎回20人前後の参加者でフレイブ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。	
103	村上太極拳クラブ	太極拳	13	毎週 水曜日 19:00-21:00 ☒	マナボテ村上	24式太極拳を中心とした練習	日本武術太極拳連盟の指導を受けながら、太極拳を学んでいます。	一緒に同じ動作をしながら、ここの習熟度と体力にあった、無理のない練習をして、体力と柔軟性を養います。	
104	山北地区野球連盟	野球	48	毎週 日曜日 8:30-16:00 冬季 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体育館	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、明るい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5町村）大会では、出場とともに山北地区のアピールも行っていきます。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。	
105	Win山北	ママさんバレーボール	20	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、年間5回の大会出場	平成5年に発足以来、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。	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。	
106	JBC	バスケットボール	10	毎週 水曜日 19:00-21:00 ☒	平林体育館	バスケットの練習、大会に参加し、団結する	バスケットボールを楽しみ、一つの事に向かって団結し、喜びを分かち合える部です。	笑って活動できるボール遊びで心身ともに健康になれる	
107	楽しんぼV.C.	バレーボール	12	毎週 日曜日 19:00-21:00 ☒	朝日総合体育館	バレーボール練習		バレーボール大会、駅伝出場、ボランティア	
108	村上野球塾	軟式野球	8	毎週 土・日曜日 8:30-12:00 ☒	村上第一中学校グラウンド	(主に中学生の)軟式野球の練習や試合	野球がやりたいけど、通っている学校に野球部がない。これから始めたいけど一緒にやる友達がない。だけど野球は大好き。そんな中学生が集まる野球チームです。未経験、初心者大歓迎です。子供の心持つおじさんおばさんも大歓迎です。一緒に野球やろうぜ！	昨年、一昨年と野球部が廃部になった村上第一中学校、若船中学校。もともと野球部の無い村上中等教育学校の生徒を受け入れています。また、野球部に入っているが、もう少しやりたい、いろんな知識を身に付けたいという中学球児たちが参加しています。	
109	倶成クラブ	ソフトテニス	10	毎月 第1水曜日 19:00-21:00 ☒	村上東中学校	ソフトテニスの練習、仲間作り	ソフトテニス経験者の方々、子どもがソフトテニスを始め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ます。	
111	ハイライト	バレーボール	11	毎週 不定期曜日 ☒	山辺重体育館 村上体育館	バレーボールを通じて交流を深める	社人バレーボール団体のハイライトです。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。	