

# むつ☆かつFAQ

## Q1 むつ☆かつへの入会・退会の管理はどこが行っていますか？

むつ市地域文化・スポーツクラブ事務局（むつ市教育委員会地域クラブ企画推進課）が行っています。

## Q2 会費はどのようにおさめますか？

会費は口座引落による徴収となります。入会時に「口座振替依頼書」の提出をお願いしています。なお、遠征費等については徴収袋を配布し現金で徴収させていただきます。

## Q3 会費を払わなくて良い場合はありますか？

むつ市就学援助費の支給を受けている方については、申出のあった年度内の会費を免除し、それまでに納入済みの会費は返還いたします。

## Q5 クラブのかけ持ちはできますか？

日程が合えばクラブ内でかけ持ちすることも可能です。  
ただし、スポーツクラブで大会に出場する場合は、どのクラブで出場をするか決める必要があります。

## Q7 指導者はどのような人ですか？

公募に申し込みいただいた方で、会社員、教員、自衛官、市職員等の様々な職種の方が指導者になっています。（スポーツの協会等から推薦された方もいます。）  
コンプライアンス研修と普通救急救命講習を必ず受講していただいています。

## Q9 中学3年生の引退時期はどうなるの？

むつ☆かつでは引退時期の指定はありません。生徒と保護者の方が話し合って退会を検討していただくことになります。  
ただし、1月～受験終了（3月上旬）までは、勉強に専念するため、また、感染症予防のため、参加は控えください。

## Q4 年度途中からむつ☆かつに参加できますか？

年度途中でもむつ☆かつへの参加は可能です。同様に、年度途中で退会すること、またクラブを変更することも可能です。  
いずれの場合も事務局への届出が必要です。

## Q6 クラブマネージャーとはどのような人ですか？

クラブマネージャーはむつ市の職員が担当しています。各クラブの出欠確認や活動スケジュールの管理、指導者の日程調整など、生徒の皆さんの活動が円滑に進むように活動のサポートを行います。

## Q8 活動中の事故や怪我等への対応は？

学校の管理下で行われる教育活動中の事故が対象となる「災害共済給付」は適用外となるため、むつ☆かつでは「スポーツ安全保険」に加入します。  
保険料はむつ☆かつが負担します。

## Q10 相談ごとはどこに？

直接事務局やマネージャー、指導者の方へ相談することももちろん可能ですが、内容によっては直接相談しにくいこともあるかと思います。  
そのような面を考慮し、むつ☆かつではメンタルヘルスの専門会社によるカウンセリングサービスを導入しており、むつ☆かつに入会中の生徒の皆さんや保護者の方はメールや電話でカウンセリングを受けることができます。



令和7年度

# 入会案内

### 【発行元・問合せ先】

むつ市地域文化・スポーツクラブ（事務局：むつ市教育委員会地域クラブ企画推進課内）  
〒035-8686 むつ市中央一丁目8番1号 TEL 0175-22-1111（内線 3141～3145）



むつ☆かつHP

## 部活動の「地域移行」

近年の少子化による生徒数の減少や教職員の働き方の見直しから、スポーツ庁と文化庁は土日の部活動を「学校」から「地域」へ移行するよう令和4年12月にガイドラインを示しました。

## むつ市の現状

むつ市内の中学校でも、部活動の選択肢が少ない学校や単独では試合に出られない学校が増加するなど、様々な課題が存在しています。

このことから、むつ市では中学生の文化・スポーツ活動について、その選択肢を広げ生徒一人一人が充実した放課後の活動を実現できるよう、むつ市地域文化・スポーツクラブ（愛称 むつ☆かつ）を設立し、令和5年度から順次、部活動の地域移行を進めてきました。

## むつ☆かつの願い

むつ市における部活動の地域移行は、次代を担うこどもたちの笑顔を増やす環境を整備し、こどもたちの健全な育成と地域の発展に貢献することを目的としています。

学校の垣根を越えた生徒同士の交流や地域の指導者との関わり、新しく行う活動が成長の一助となり、むつ市のこどもたちが大きく羽ばたくことを期待しています。



## ≧ 放課後の新しいカタチ ≦

- ✓ 令和7年度から、むつ市の「中学校部活動」は「**地域クラブ**」に**完全移行**
- ✓ 地域クラブは、地域の皆様のご**理解**とご**協力**により、活動環境が確立
- ✓ 放課後の活動は、**自分で決める**時代に！
  - ・塾やクラブ活動など自分の習い事
  - ・むつ☆かつ
  - ・趣味や学習など自分の時間
- ✓ **主体性**そして**責任感**をもって、充実した放課後を過ごそう！

## 令和7年度のむつ☆かつ

### 運営体制

令和7年度からは「軟式野球」「バスケットボール」「ソフトテニス」「卓球」「バレーボール」「スキー」の6クラブを新設し、文化10、スポーツ13、計23クラブの体制となります。（各クラブの活動内容はP3～を参照）



むつ市地域文化・スポーツクラブ  
（事務局：むつ市教育委員会地域クラブ企画推進課）

### 文化クラブ

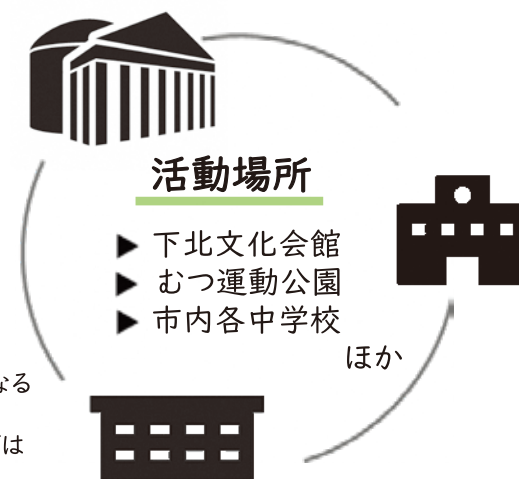
- |      |     |      |         |       |
|------|-----|------|---------|-------|
| ●吹奏楽 | ●学習 | ●I T | ●野外活動体験 | ●ダンス  |
| ●家庭  | ●美術 | ●歌唱  | ●ボードゲーム | ●総合文化 |

### スポーツクラブ

- |       |           |         |         |         |
|-------|-----------|---------|---------|---------|
| ●軟式野球 | ●バスケットボール | ●ソフトテニス | ●卓球     | ●バレーボール |
| ●陸上   | ●柔道       | ●剣道     | ●ソフトボール | ●バドミントン |
| ●サッカー | ●水泳       | ●スキー    |         |         |

### 送迎バス

市内の各中学校と活動場所との往復は、無料のクラブバスを利用いただけます。ICチップを搭載したカードでバスの乗降を管理し、保護者の皆さまのアプリに通知しますので、安心です。お住まいの地区によっては、移動時間が長くなることもありますのでご了承ください。



※ 各学校以外にも乗降車のポイントを設けており、往復異なるポイントでの乗降も可能です。（平日の乗車は学校のみ）  
なお、クラブバスは必ずしも自宅近くで乗降できるものではありませんので、ご了承ください。

## 賛助会員・協力企業

令和6年12月31日現在

### 賛助会員（敬称略）

・有限会社睦水工業



むつ☆かつでは、クラブの活動主旨に賛同し、ご支援いただける個人、企業・団体の皆様を募集しています。

### 協力企業（敬称略）

- ・大塚製薬株式会社
- ・大塚ウェルネスベンディング株式会社
- ・株式会社プロクレアホールディングス
- ・株式会社マエダ
- ・青森県東部地区郵便局長会 下北南部会







**文化クラブ**



**共通事項**

|      |                                                               |
|------|---------------------------------------------------------------|
| 活動日  | 平日 月・火・木・金のうち3日程度 / 休日 土曜日                                    |
| 活動時間 | 平日 17:00~18:20 / 休日 9:00~12:00<br>※夏季・冬季休業中は活動時間を変更する場合があります。 |
| 会費   | 1クラブにつき、月1,000円<br>※活動費、遠征費として別途費用がかかることもあります。                |
| 保険   | スポーツ安全保険に加入                                                   |

吹奏楽



活動場所

下北文化会館

**みんなで創る  
むつ☆かつサウンド**

コンクールや演奏会に向けて、みんなで心1つにサウンドを作り上げます。

各楽器専門の指導者が基礎から教えてくれるので、未経験者でも安心です。

※楽器はむつ☆かつで準備をします。

学習



活動場所

下北文化会館

**好きな分野を学び尽くそう！**

英語、科学、歴史、数学、手話、ジオパークなど、様々な分野の学習に取り組むことができます。

学校とは一味違う視点から、身の回りの事象や言語、地域資源などに触れ、さらに知識を深めてみてはどうでしょうか。

IT



活動場所

下北文化会館

**進化を続けるITの世界に挑戦！！**

今や欠かすことができない、ITスキル。

タイピングやプログラミング、各種検定や資格への挑戦を通して、スキルアップに繋がってみてはどうでしょうか。

野外活動体験



活動場所

下北文化会館 ほか

**自然に触れ、生涯を楽しむ**

むつ下北の雄大な自然。

アウトドアスキルの習得、屋外でのレクリエーション、時には釣りなども体験し、アウトドアライフの第一歩を踏み出してみませんか。

また、野外活動体験クラブでは、ボルダリングにも挑戦することができます。

ダンス



活動場所

下北文化会館

**自分らしさを表現しよう！**

王道のヒップホップやK-ポップダンスなど様々な世界観に触れながら、楽しくダンスに挑戦。

身につけたダンステクニックで自分たちだけの振り付けを考え、思いっきり自分を表現してみようか。

家庭



活動場所

下北文化会館

**自分の「好き」を楽しもう！**

〈料理〉

私たちの健康にも直結する料理。楽しく料理を学び、自分で作ったものを実際に食べてみましょう！

〈ハンドメイド〉

小物作りや羊毛フェルトなど、楽しみながら作品作りに取り組んでみてはどうでしょうか。



## 美術



活動場所

下北文化会館

### 描く・作る楽しさを味わおう！

絵画やイラスト、似顔絵、デジタルデザインなど様々な技法に挑戦。絵画では、各種コンクールへの出品も可能です。

また、素敵なお花と瓶でオリジナルの作品作りに取り組む「ハーバリウム」の活動も人気です。

## 歌唱



活動場所

下北文化会館

### 届けよう！ むつ☆かつハーモニー

仲間と声を重ね合わせ、美しいハーモニーを生み出す「合唱」、発声法やボイストレーニングを学び、歌で健康を目指す「混声 POP」のほか、歌唱王を目指す「ポップス歌唱」。夢は TV 出演!? 歌唱クラブに入会すれば全部できちゃいます！

## ボードゲーム



活動場所

下北文化会館

### 知の集結。 高い集中力で至高の一手を！

将棋や囲碁、各種ボードゲームやカードゲームで、いざ頭脳バトル! 指導者や仲間がルールや基礎を教えてくれるので、初心者でも大歓迎です。

また、けん玉やヨーヨー、ルービックキューブなど、やればやるほど上達するスキルトイを楽しむこともできます。

## 総合文化



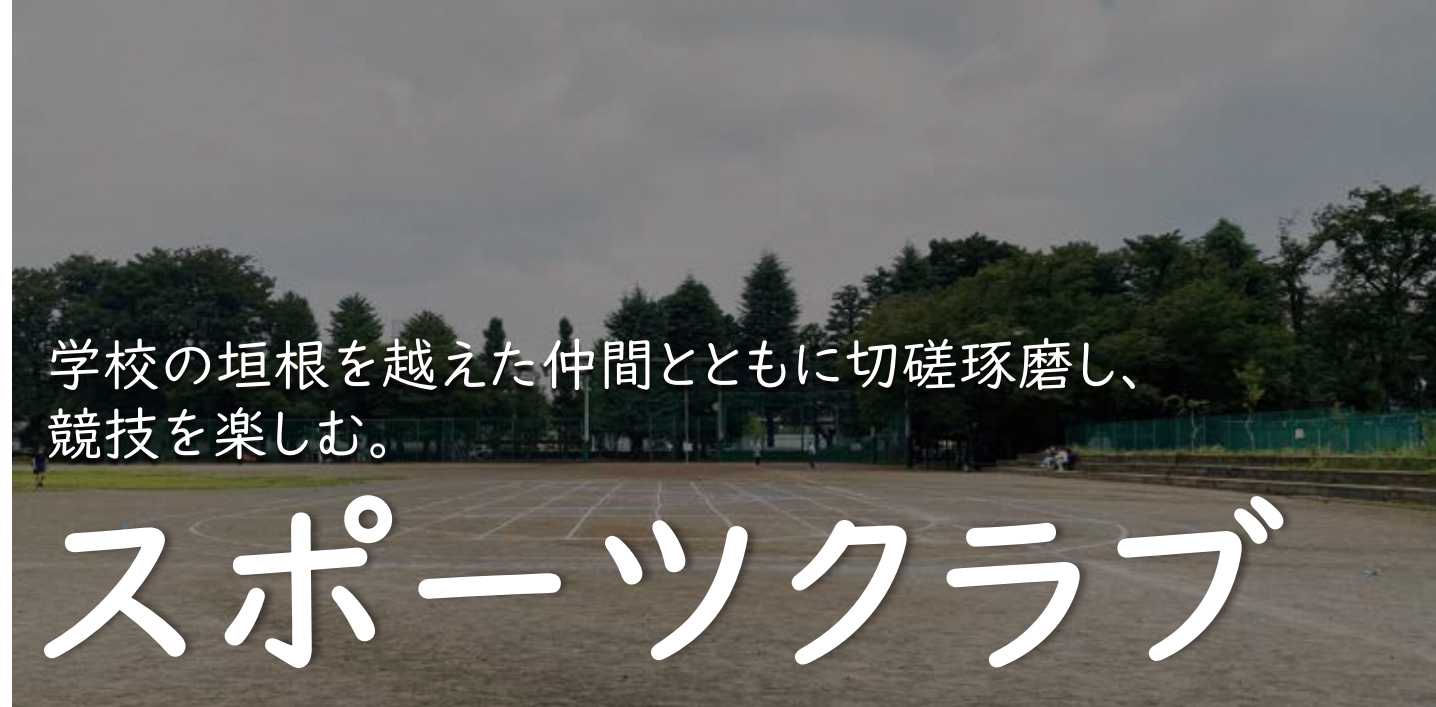
活動場所

海と森ふれあい体験館

### 挑戦したいものは ひとつなんかじゃない！

川内地区、脇野沢地区では、ボードゲームや地域活動など、1つのクラブで様々な体験ができるよう、スケジュールを組んでいます。活動を通して自分の「好き」を見つけてみてはどうでしょうか。

※総合文化（大畑）は現在休講となっております。



学校の垣根を越えた仲間とともに切磋琢磨し、  
競技を楽しむ。

# スポーツクラブ



## スポーツクラブ

### 共通事項

|      |                                                               |
|------|---------------------------------------------------------------|
| 活動日  | 平日 月・火・木・金 / 休日 土曜日                                           |
| 活動時間 | 平日 17:00~18:20 / 休日 9:00~12:00<br>※夏季・冬季休業中は活動時間を変更する場合があります。 |
| 会費   | 1クラブにつき、月1,000円（水泳・スキーを除く）<br>※活動費、遠征費として別途費用がかかることもあります。     |
| 保険   | スポーツ安全保険に加入                                                   |

New

## 軟式野球



活動場所

大平中学校グラウンド

### 一投一打に懸ける青春の情熱！

一投一打で試合の流れが大きく変わる緊迫感や、投手と打者の駆け引きが魅力の野球。

技術の向上だけではなく、挨拶やマナー、スポーツマンシップを身につけ、仲間とともに楽しく野球に挑戦してみませんか。

New

## バスケットボール



活動場所

むつ中学校体育館

### ゴールを狙って 仲間と最高のプレーを！

仲間と息の合ったプレーや、相手との駆け引き、そしてスピーディーな試合展開が魅力のバスケットボール。仲間とともにバスケットボールを楽しみながら、心身の成長を図りましょう。

※大会参加については、下北地区内で開催されるものを中心に予定しております。



## New ソフトテニス



活動場所 むつ運動公園テニスコート ほか

### ソフトテニスで広がる絆！

多彩なプレイスタイルとスピーディーな試合展開が魅力のソフトテニス。相手の動きを予測する知的さもプレーの大きなカギとなります。

自分の強みを活かしながら、テニスの楽しさを感じてみてはどうでしょうか。

## New 卓球



活動場所 田名部中学校第一体育館

### 小さなボールに 大きな夢を乗せて！

相手との駆け引きとテクニックを使い分けたプレー、スピーディーなラリーが魅力の卓球。

仲間とともに技術を磨き、卓球の面白さや奥深さを感じてみてはどうでしょうか。

## 柔道



活動場所 田名部中学校第二体育館

### 心と体を鍛える、柔の道

技の多彩さに加え、礼節の精神といった魅力あふれる柔道。ダイナミックな技で一本を取る瞬間はまさに柔道の醍醐味です。

仲間とともに心・技・体の鍛錬を重ねましょう。

## 剣道



活動場所 田名部中学校第二体育館

### 心を鍛え技を極める

竹刀を使って戦う伝統的な武道。竹刀がぶつかり合う音と気迫は迫力満点です。

活動を通して、技術はもちろんのこと、心の鍛錬と正しい姿勢や礼儀を身につけることができます。

## New バレーボール



活動場所 大平中学校体育館

### 仲間とともに ボールと心をつなぐ！

プレーのダイナミックさとチームみんなでボールをつなぐ結束力が魅力のバレーボール。

バレーボールを楽しむ中でコミュニケーション能力を高め、新たな仲間との絆を深めましょう。

## 陸上



活動場所 むつ運動公園陸上競技場 ほか

### より速く、高く、遠くへ挑戦！

多彩な種目が楽しめる陸上競技。各種目専門の指導を受けながら自分に合った種目を見つけることもできます。

陸上競技を楽しみ、仲間と切磋琢磨しながら、自分自身を越える挑戦をしてみてもいいでしょう。

## ソフトボール



活動場所 大平中学校グラウンド

### 仲間と織りなす青春のストーリー

スピード感とスリリングな試合展開が魅力のソフトボール。実業団チーム所属の選手や経験者が優しく、わかりやすく指導してくれるので、初心者でも安心して活動できます。

チームスポーツの醍醐味である、仲間と一緒に協力・連携してプレーする楽しさを味わってみませんか。

## バドミントン



活動場所 近川中学校・脇野沢中学校体育館 ほか

### シャトルを打つ爽快感を味わおう！

シャトルを打つ爽快感と相手との駆け引きが魅力のバドミントン。基礎練習のほか戦術的な練習など生徒それぞれの目標に合わせた練習が行われ、バドミントンの楽しさとともに、上達する喜びを感じることができます。



## サッカー



活動場所 田名部中学校グラウンド

### ピッチで輝く瞬間を仲間とともに！

巧みなドリブルや華麗なシュートが魅力のサッカー。チーム全体でゴールを狙うため、チーム力の強さが大きなカギとなります。

サッカークラブでは技術の向上はもちろん、心身の成長や協調性の向上を図ります。

## New スキー



活動場所 釜臥山スキー場 ほか

### 熱き思いで雪上を駆け抜けろ！

スピード感と爽快感が魅力のスキー競技。自然との一体感を感じながら、狙ったラインの攻略に挑戦。

スキークラブは、下北テクニカルスキークラブでの活動となります。

## 水泳



活動場所 スイミングアローズむつ

### 仲間とともに、一秒でも速く

多様な種目を楽しめる水泳競技。スピード感と種目ごとに異なる技術と戦略が求められることも魅力の1つです。

水泳クラブは、スイミングアローズむつでの活動となります。

### 雨天時及び冬期間における屋外スポーツクラブの活動について

屋外で活動を行うクラブは、雨天時及び冬期間はしもきた克雪ドームやむつマエダアリーナなどの屋内施設を利用します。

※施設の空き状況等によっては休講となったり活動場所が制限されたりする場合がありますので予めご了承ください。

- ▶ 平日に天候急変等のため、活動場所の変更、休講とする場合は、生徒の皆さんには学校を通して、保護者の方には「れんらくアプリ」にてお知らせします。
- ▶ スポーツクラブは冬期間に活動場所が限られるため、週末の活動時間が流動的になり、現地集合、現地解散をお願いすることがありますので、予めご了承ください。

## クラブの入会・退会・変更について

### むつ☆かつへの入会

STEP 1

むつ市役所や各庁舎にて書類をお受け取りください。  
むつ市役所内の地域クラブ企画推進課窓口もしくは大畑庁舎・川内庁舎市民生活課窓口、脇野沢庁舎総合課窓口にて書類をお受け取りください。

STEP 2

以下書類に必要事項を記入のうえ、事務局（地域クラブ企画推進課）へご提出ください。



入会申込書



基本情報記入用紙



口座振替依頼書

STEP 3

事務局より、「れんらくアプリ」の登録用紙とICカードが各家庭に郵送されます。

STEP 4

各家庭において、「れんらくアプリ」の登録を行います。

クラブの参加予約や欠席連絡はアプリにて行います。登録用紙が届いたら速やかにアプリを登録してください。  
なお、書類提出後は、アプリ登録用紙やICカードが届く前であっても、活動に参加することは可能です。参加を希望する場合は事務局までご連絡ください。

### むつ☆かつの退会

クラブへの参加を終了する場合は「退会届」の提出もしくはオンラインによる「退会申請」が必要となります。

退会届

必要事項をご記入のうえ、事務局へご提出ください。（何月末での退会になるか明記してください。）  
なお、退会届はむつ☆かつHPよりダウンロードいただくか、事務局または市役所各庁舎の窓口にてお受け取りください。

オンライン  
申請

右のQRコードもしくは以下URLより申請フォームへアクセスのうえ、必要事項の入力を行ってください。  
URL <https://logoform.jp/form/WZFv/713947>



退会届の提出もしくはオンラインの退会申請は、退会希望月の20日までに手続きをお願いします。

### クラブの変更

参加するクラブを変更する場合は「変更届」の提出が必要となります。

変更届に必要事項をご記入のうえ、事務局へご提出ください。なお、変更届はむつ☆かつHPよりダウンロードいただくか、事務局または市役所各庁舎の窓口にてお受け取りください。

## ICカードとれんらくアプリについて



むつ☆かつに入会すると、生徒1人に1枚「ICカード」が発行されます。  
【令和7年度：1年生…ブルー 2年生…ピンク 3年生…イエロー】

生徒

バス乗降時や活動場所の入退館時、専用機械にカードをかざす

保護者

れんらくアプリを通してバスの乗降や活動場所の入退館を通知

さらに れんらくアプリではクラブスケジュールの確認や活動の予約・欠席連絡が可能。各クラブからの連絡もアプリを通して行なわれます。