

令和7年7月2日

福利厚生センター加入法人事業所長 様

社会福祉法人福利厚生センター業務受託団体  
社会福祉法人富山県社会福祉協議会事務局長  
【公印略】

### ソウェルクラブ会員情報サービスについて

時下、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。  
本会事業の推進につきましては、日頃から格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。  
さて、ソウェルクラブの提携業者から、下記内容について別添チラシのとおり案内がありました。  
つきましては、貴事業所所属の会員の皆様にご周知いただき、参加ご希望の方は、提携業者に直接申込みくださいますようお願いいたします。

### 記

ヴィテン乗馬クラブ クレイン金沢  
「乗馬試乗会ご招待」

乗馬クラブクレインは、(福)福利厚生センターで契約している会社です。

【事務担当】〒930-0094 富山市安住町5番21号  
ソウェルクラブ富山県事務局(富山県社協 総務企画課) 嶋内  
TEL : 076-432-2958 FAX : 076-432-6146

ソウエルクラブ 会員の皆様へ

お電話の際はこのチラシをみたとお伝えください

# クレイン金沢で 心癒やされる乗馬体験♪

乗馬は動物と一緒にできる唯一のスポーツです。  
緑豊かな自然の中を風を感じながら楽しむ最高の  
アクティビティ。自然との一体感を味わいながら、  
心も体もリフレッシュしましょう。  
78頭の馬たちと皆様をお待ちしております！

先着50名様限定

## 乗馬試乗会にご招待

所要時間:約90分 騎乗時間20分

別途装具(ヘルメット、ブーツ、エアバックベスト)レンタル、  
保険料として1,860円が必要です。

実施期限

2025年9月29日(月)まで



予約制

こちらからは24時間受付可能です。  
お電話でのご予約も承ります。



癒やしを求めて!

お一人様  
大歓迎!

お子様の  
習い事に!

ご夫婦の趣味に!

お申込みはお電話または上記二次元コードよりお願いいたします。

初心者大歓迎!お気軽にご参加ください。 はじめての乗馬応援キャンペーン!!

クレイン  
乗馬は Crane

乗馬試乗会

# ご招待券

お一人様大歓迎/ご家族様2名様までご招待いたします。

ヴィテン乗馬クラブ・クレイン金沢

tel.076-239-0009

有効期限:2025年9月29日(月)まで

非売品につき  
コピー・転売不可



屋根付き馬場完備  
日差しが強い日、雨の日でも安心!

対象年齢/小学生以上

騎乗時間:20分/所要時間:90分(クラブの説明など含む)

\*未成年及び高校生の方は保護者同伴、70歳以上の方はご家族の承諾  
を得てお越しください。

\*当日は装具(ブーツ、ヘルメット、エアバックベスト)レンタル料、保険料  
として1,860円が必要になります。

\*服装は長ズボン、靴下着用で、手袋(軍手可)をご持参ください。

\*雨天決行(屋根付馬場完備)



# 乗馬の魅力！ジュニアからシニア世代まで愉しめる

## ジュニア

### 馬がはぐくむ豊かな心

レッスンから生まれる動物とのハートフルなふれあい。大きな馬に自分の意志を伝え、馬の気持ちを考えて接する…。そんな実体験が子どもたちの素直な感性を刺激します。

また、様々な年代の方と同じレッスンに参加する事で生まれるコミュニケーション。学校や塾では学ばず事が出来ない「社会性」や「創造性」を身につけていきます。

## ミドル

### 馬との出会いで毎日が変わる

「職場と家との往復の日々…」「休日は疲れて家でゴロゴロ…」。

そんな毎日に乗馬で変化を持たせてください。機械ではない、感情を持つ生き物と一体になって楽しむ乗馬。毎回違う出会いや発見に満ちています。だから長く続けられる方が多いでしょう。

癒しと運動、この2つの効果が充実した毎日を手に入れてください。

## シニア

### “今”から始まる乗馬ライフ

「仕事も子育てもひと段落」「自分の楽しみを見つけない」。乗馬で新たな自分を発見してください。

レッスンは複数で行うけれど、固定されたチームではありませんので、レッスンの進め方も時間の使い方もマイペースで継続できます。そして、その気兼ねなさがあるから新たな友人関係も楽しめます。チャレンジするのは“今”。

# 乗馬試乗会の流れ

# 皆さまのペースにあわせてレッスンします。



馬とご対面。思ったより大きいけれど優しい目がかわい。日頃のストレスも忘れて癒されます。



乗るときは台を使うから安心。意外と高くびっくり！あなたが背中にあたがるまで馬はじっと待っています。



馬の背中になれてきたら、馬の上で体を動かし全身の筋肉をほぐしていきましょう。



馬はポンとけいたら歩き出します。緊張がほぐれてきたらちょっと走ってみよう！風をうけて気持ちいい！



レッスンが終わったら首をたたいてほめてあげます。帰りたくなくなっちゃうかも！

## 馬の雑学

馬たちのこと、どのくらい知っていますか？

### 喜んでいるとき

放牧などをした時に、首を高く上げ、飛んだり跳ねたり、いなないたりします。やさしくなでてあげると、頭を寄せてきたりします。

### 欲望を表すとき

お腹が空いたり、水がほしいとき等、前揺きをします。鼻先で人の手や体をつついたりして、食べ物をはじがることもあります。

### 驚いているとき

大きく鼻の穴を開いて、鼻を大きくフワフワと鳴らします。耳は真直ぐに立てて、緊張しています。

### 不安なとき

落ち着かない様子でじきりに動き、耳を動かして周囲の音を聞こえたりします。

### 警戒しているとき

両方の耳を後ろに伏せている。この様な時に馬に近づかないようにしましょう。少し待ってから、やさしく声をかけたり、体に触れるようにしましょう。

馬も人間と同じように、いろいろな表情を持っています。いくつか馬の表情を紹介しましょう。

## データで見る乗馬

### 乗馬の消費カロリー

**乗馬** 430kcal

水泳(クロール) 724kcal

ジョギング 327kcal

消費カロリー (45分) DATA  
35歳女性の場合  
yahooカロリー消費チェックより

### Q.年齢制限はある？

A.乗馬は年齢を問わないスポーツなので、小学校1年生から70代まで大丈夫です！

### 年代別構成比

70歳以上	10%
60代	22%
50代以上	25%
40代	17%
30代	26%

乗馬クラブクレイン会員数構成比 (内: 女性7割、男性3割)

ゴルフ	207kcal
水泳(平泳ぎ)	379kcal
テニス	241kcal
ヨガ	138kcal

## 乗馬の醍醐味、外乗。

ライセンスを取得して 野外騎乗へ行こう

湯布院 金沢 恵那

## 乗馬をするときの服装

運動しやすい服装で来てね！

以下の3点は、レンタルできます！

- ヘルメット
- ブーツ
- エアバックベスト

手袋 (軍手OK)

長ズボン (ジーンズOK)

くつ下

全国37ヶ所のネットワーク

## CRANE ヴィテン乗馬クラブ・クレイン金沢

石川県金沢市栗崎浜町1-7 ■ 定休日/火曜日

# tel.076-239-0009

電話受付時間/10:00~16:45 (水・金)10:00~18:30 (土・日)8:30~16:30

■電車でお越しの場合 JR金沢駅西口から無料送迎あり。

■お車で越しの場合【無料駐車場:80台】金沢方面から 金沢駅より6km、約15分。栗崎浜町交差点を右折、300m先側道へ左折。かほく方面から のと里山海道千鳥台交差点より400m先側道へ右折。富山方面から 金沢東インターより約20分。

要予約 送迎時間はお問合せください。

無料駐車場 見学大歓迎 完全予約制

## ヴィテン乗馬クラブ・クレイン金沢

日本海 千鳥台のど里山海道

ゴルフクラブ 金沢リンクス

栗崎浜町 五郎島町 大浜

金沢港

石川県庁 ● 東立中央病院 ● ガリバーアウトレット ● 香満居 ● まんぼう

ヤマダ電機 ● 北越自動車 ● アル・プラザ ● 「南新保」交差点

西口 金沢駅

## 世代を問わず愉しめることも乗馬の人気のひとつです。

対象年齢/小学生以上  
騎乗時間:20分/所要時間:90分 (クラブの説明など含む)

■未成年及び高校生の方は保護者同伴で、70歳以上の方はご家族の承諾を得てお越しください。

■雨天決行(屋根付馬場完備)

■動物取扱業登録 (種別) 展示 (登録証番号) 106E001号 (登録年月日) 平成18年12月4日 (有効期間末日) 令和8年12月3日 (動物取扱責任者) 大久保佳代