



東大宮すぽくら通信

第33号平成24年1月
 編集・発行
 NPO法人東大宮スポーツクラブ
 〒880-0837
 宮崎市村角町島ノ前1346の1
 Tel (0985) 20-6122
 Fax (0985) 48-6133

明けまして

おめでとうございます。

今年も 宜しくお願い致します。



日本の干支の中で辰を意味する龍は、日本の昔話でもおなじみの生き物です。12支《十二生肖（じゅうにせいしやう）》の動物の中で、「龍」だけは、私たちの住むこの人間世界では見ることができず、神様の世界に住むと伝えられています。神獣と言われる龍は、中国の伝説にたくさん登場し、「登龍門」や「画龍点睛」、「龍頭蛇尾」、さらに、龍の髭を真似たラーメン「龍須麵」から廟の柱に彫られる「龍」まで、実に中国人の生活に密着し、愛されてきました。

そんな龍にまつわる伝説のひとつに、八仙人（日本で言うと七福神のような存在）の1人、李鉄拐（りてっかい）の話があります。

『ある日、李鉄拐が杭州の西湖の畔に天から降り立ち、足を引きずりながら湖畔を歩いていた。その薄汚れた乞食のような姿に、誰もが彼を避けて通った。「どなたか、心の優しいお方よ、この哀れな乞食を助けておくれ」という李鉄拐の叫び声に、一人の若者が手を差し伸べた。この心優しい若者は李鉄拐を背負い、自宅の薬屋「朱養心」へ運び、しばらくの間手厚く世話をした。ほどなくして、李鉄拐が元気になり、朱一家の家を去ろうとした時である。彼は杖で壁に描く動作をすると、たちまち真っ白な壁に金色の龍の絵が現れた。「あなた達の暖かい菩薩のような心への感謝じゃ」と言って李鉄拐は、あっという間に消え去った。この噂はあっという間に広がり、金龍を一目見ようと、皆薬を買いにやってきたので、「朱養心」の商売は繁盛した。これを妬んだ近くの薬屋は手下2人と相談し、「朱養心」に放火することにした。ある日の夜、三人はこっそり朱家の前で薪に火を付けた。

真っ赤な炎が「朱養心」を呑み込もうとした時、壁の金龍がなんと壁から飛び出して、大きな口を開いて、ジャージャーと水を噴出し、火を消し止めたのだ。

龍が生きていること、そして仙人が村に来ていたことに気づいた村人たちは、それから皆自分たちの品行をただし、村も平和で親切な村となった。』

この物語に出てきたように、龍の口から水を噴出すことは昔から信じられており、昔の中国人は干ばつに遭うと、龍を奉り雨が降るようにと祈願しました。漁に出る漁師は龍王に海の安全を祈り、皇帝は龍の冠と服を身に付け、龍の椅子に座りました。今でも新年やめでたい時には龍の踊りは欠かせない。「龍」は中国人の生活になくはない存在となりました。

そして最後に、間違えてはならないのは、中国の龍と西洋のドラゴンとはまったく別物であることです。中国の龍は天国に住む神獣とされるが、西洋のドラゴンは姿かたちも違い、口からは水ではなく、火を噴出し、地獄に住む野獣とされています。（雑学集より）

私達もクラブに関わり出して10年。随分年を取りました。しかしこれからも、地域の為、皆さんの健康の為、瀧を昇る龍の様に生きよいはありませんが、これからも頑張っていきます。宜しくお願い致します。



会員募集

※クラブの講座は全て無料体験できます。

お気軽にクラブ事務局までお問合せ下さい。

電話番号 20-6122 携帯090-7380-3256

剣道<誠心館>

51

曜日：毎週火曜日
時間：午後5時半～
講師：久吉勝一郎先生
場所：東大宮小体育館
月会費：1,500円

ココロと身体を健やかに。
心・技・体の鍛練をするとともに、
剣の道に触れてみませんか??

楽っこクラブ

59

曜日：毎週木曜日
時間：午後5時～
講師：多種目の先生方
場所：東大宮小体育館
月会費：1,500円

小学低学年児童をメインとした複
合運動教室です。走る・跳ぶ・
ボール遊びなどなど、運動する楽
しさを体験しませんか?

ダンベル体操

12

曜日：毎週金曜日
時間：午後7時半～
講師：桐井明子先生 他2名
場所：東大宮中体育館
月会費：1,000円

ダンベルといっても重～いダンベル
ではありません。少しだけ負荷
をかけて筋・骨・関(キコソカ)を
アップさせましょう!!

☆ 参加しました ☆

11/3 福祉まつり(フローランテ宮崎)

太極拳中級の皆さんがステージを色ど
りました。

11/20 コミセンまつり

剣道・コーラス・太極拳の皆さんが参
加しました。

11/12～13

九州ブロック クラブミーティング開催

コミセンまつり



誠心館の豆剣士



コーラス



太極拳

第1回 宮崎県エンジョイスポーツフェスティバル開催のお知らせ

県内の総合型地域スポーツクラブの皆さんによって「第1回宮崎県エンジョイスポーツフェスティバル」が開催されます。是非、遊びに来て下さい。詳しくは東大宮スポーツクラブまで。

◆日時 平成24年**2月18日**(土) 9時半～15時45分

◆会場 宮崎県体育館

◆講演 菊 幸一 氏 (筑波大学大学院人間総合科学研究科教授) <<10時～>>

◆スポーツバイキング (玉入れ・ビーチボールバレー・キッズサッカー・カローリング・バウンドテニス
ディスクッター・ターゲットバードゴルフ・ヨガ・ラージロボ・クライミング体験) <<12時半～>>

◆運動器検診 ロコモチェック (宮崎大学医学部付属病院 整形外科) <<12時半～>>

第11回 夢印たまご村・元気湯杯 ミニバレーボール大会

毎年11月23日(勤労感謝の日)に開催している《夢印たまご村・元気湯杯》は、一般女子26チーム、混成一般14チーム、混成壮年9チーム、参加者総数235名で盛り上がりました。

【各部門の優勝チーム】

一般女子の部 トータス
混成一般の部 中武さん家と杉元さん家
混成壮年の部 プライドA

あめるとう
つさいます



バドミントンに興味のある小学生 チャレンジしてみませんか?

スポーツコミュニティの形成促進事業で、バドミントントップアスリート派遣が決まりました。

◆小学生 第1・3週 土曜日の午前
宮崎東小学校体育館

宮崎バドミントン協会の山内猛さんが指導して下さいます。

詳細はクラブ事務局までお問合せください。
(大人の部は第1・3水曜日夜、コミセンで開催)



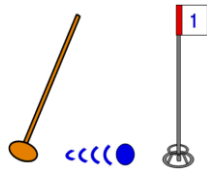
第22回 健康づくり

グラウンドゴルフ交歓大会

12月7日(水)曇り空の天気でしたが、市民の森西公園で総勢249人の皆さんが楽しくプレーをしました。

【入賞された方】(1位~5位の方、敬称略)

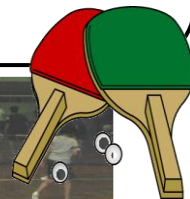
Aコート 船橋・佐藤・河野・日高・笹本
Bコート 川崎・河野・松本・若杉・長尾
Cコート 黒木・森本・津曲・厨子・黒木



《らんらん教室》が終わりました

7月にスタートした卓球《らんらん教室》が12月3日に終了しました。11名の子ども達は、卓球の楽しさを覚えたことと思います。

興味を持ったスポーツを体験できる環境、子ども達には大切なのもかもしれませんね。そんなお手伝いをクラブはこれからも続けていきたいと思っています。



会員さんの声



東大宮スポーツクラブのことを沢山のの方々にもっと知ってもらいたく、会員さんの声を掲載することにしました。

受講したキッカケ・健康について・仲間についてなど、そんな想いを載せていきたいと思います。是非、お読みください。

バウンドテニス(木曜・夜)

私はバウンドテニスを始めて約2年半になります。それまでは家事や仕事に追われる日々でしたが、ある日をきっかけに1人で講座に飛び込んで行きました。(とても勇気がいりました)

今では沢山の仲間ができ練習を楽しんでいます。まだまだ正式な試合には出られる程の技術ありませんが、「試合に出よう」と誘われれば、迷惑をかける事も十分わかっていますが、十年選手の方々と一緒に平然とした顔で参加するという非常識者です。今年4月に行われた沖縄での九州親善大会では半分旅行気分に参加しました。

先輩方の良き理解と励ましの中で初心者の私は安心して試合に参加できた事を今でも嬉しく思っています。又、あまり年齢の変わらない方々の素晴らしいプレーを見る事ができたことも感動でした。早くあの様に上手になりたいと思う焦りも正直ありました。

そのためには、健康であることは勿論ですが、何よりも楽しいふれ合いの場をこわさない様に仲間の方々とは助け合い・協力し合っていくことが大切なのではと思っています。又、我がままな私達を温かく見守り熱心に指導して下さる先生方にも感謝しています。

世の中は先行きの見えない何が起こるか分からない今日です。そんな中でも、こうして楽しく集える場所や仲間がいることに幸せを感じています。

又、心よく送り出してくれる家族にも沢山のありがとうを伝えたいです。(60代 女性)

ソフトバレー(木曜・夜)

木曜日のソフトバレーに毎週楽しく参加させてもらっています。ソフトバレー未経験の私ですが、皆さんが優しく教えてくれるので頑張ることができます。プレー中もプレー外でも笑いが絶えず、ストレス発散に最適です。これからも、皆さんに助けてもらいながら頑張ろうと思っています。(30代女性)

楽っ子クラブ

4つのチームに分れて男女一緒になって元気いっぱい運動をしています。跳び箱やマット運動などの技術的なことのほか、じゃんけんゲームやボールなどを使ったり音楽に合わせて身体を動かしたりして、見ていても楽しそうです。女子が多いので男子は少し押され気味ですが、チーム戦などは協力してやっています。先生方も熱心で体力や運動能力だけでなく、毎回目標を決めさせたりして自主性も伸ばしていくような内容になっていると思います。何よりも子ども達が楽しそうにしているのが良いと思います。(母親)

あとがき

あけましておめでとうございます。年頭に、この一年、こうしよう、あーしようと目標を立てるのですが、いつもいつもなかなか達成できません。今年こそは・・・この一年、宜しく願い致します。皆様と共に元気に生きていきたいと思っています。

