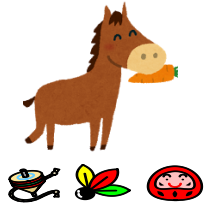




# 東大宮すぽくら通信

第41号平成26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 宜しくお願ひ致します。



今年、午年。午年にまつわる話やことわざ等いろいろ調べました。「馬耳東風」「人間万事塞翁が馬」「馬脚を表す」「麒麟も老いてはどばに劣る」「馬齢を重ねる」と中々良いたとえになるものが見つかりませんでした。ならばと、

「馬」から連想するもの、、、たとえば、「競馬」。より早く走る為に作られたあの体！素晴らしいです。しかし、一旦怪我をしてしまうと、走れないとも言われます。特に競走馬のように体重に対して脚の強度が低い動物は、一本の脚が骨折することにより、他の脚にかかる負担は、より大きいものになります。骨折の程度によりますが、骨折自体で死亡することは、あまりありません。しかし、その治療の過程で他の脚に負担がかかり、蹄葉炎(ていようえん)という病気になってしまいます。この蹄葉炎は激痛を伴い、治療自体が難しいため、そのまま衰弱死またはショック死することが多いのです。よって、重度の骨折と判断された場合、その馬は殺処分(安楽死処置)が下されると言う事です。少し悲しいですね。

さて、人は、一度挫折を味わっても立ち直れる動物だと思います(時と場合によるとは思いますが)。実は、クラブは10年を過ぎ、ここが正念場となっています。25年度は会員が減少しています。事情はいろいろありますが、スタッフ役員一同初心にかえり「総合型地域スポーツクラブ」の本来



の目的理念、そして「東大宮スポーツクラブ」の理念信念と目的を再確認していかなければ、と思っているところです。これからの10年、20年をしっかりと歩いて行くために。

ところで、25年度は、文部科学省の「地域スポーツとトップスポーツの好循環推進事業」という事業を受託し活動しています。県内のトップアスリートと言われる方々をスポーツ少年団や学校部活、総合型地域スポーツクラブに派遣し指導して頂いたり、小学校の体育授業の支援を行ったり、子どもの達の体力向上の為に講習会を開いたりさまざまな活動を行っています。2020年の東京オリンピック開催が決定した年に、この事業を受託出来たことを大変嬉しく思っています。(後2年受託予定)7年後この事業で指導を受けた子ども達からオリンピック選手が出れば、なんて言う夢を描いています。hahahahaha////

クラブ会員の子どもさんが「オリンピック選手は無理だけど、ボランティアには行きたい」と言っていました。子ども達の夢を大きく育ていけるようにこの事業を活用して行きたいと思ひます。

ここでご報告ですが、私たち東大宮スポーツクラブの事務局長杉元雅代が「文部科学大臣生涯スポーツ功労者賞」を受賞しました。これらは偏に皆様のおかげだと感謝しております。これからもクラブの応援を宜しくお願ひ致します。

第15回 夢印たまご村・元気湯杯  
ミニバレーボール大会 \*報告\*

11月23日(土)に開催。怪我人もなく大盛況で無事終了しました。皆さんお疲れ様でした。一般女子33チーム、混成一般15チーム、混成壮年8チーム、参加者総数235名!! 次回は東大宮地域の皆様もたくさん参加して下さい♪

<協賛企業>

夢印たまご村様  
入賞・特別賞の賞品  
元気湯様  
参加賞  
かわにしスポーツ様  
試合球  
ありがとうございました。

優勝チーム

一般女子	ソフトクリーム (Aグループ) マリンエッグ (Bグループ)
混成一般	どんぐり-II
混成壮年	プライド



第26回 健康づくり  
グラウンドゴルフ交歓大会 \*報告\*

晴天に恵まれた12月4日(水)、市民の森西公園で225人の皆さんが楽しみました。ポカポカ陽気でグラウンドゴルフ日和でした。お弁当もおいしかったし。。

【入賞された方】(1位~5位の方、敬称略)  
Aコート 枇杷、黒木、中原、島寄、中村  
Bコート 佐藤、高妻、前原、横山、内田  
Cコート 末永、麦生田、岡田、池田、松下

次回の大会でもお会いしましょう♪



コーディネーショントレーニング  
親子体験会・学ぶ会開催 (文科省受託事業)

11月4日(月) 生目の杜で開催

親子体験会 27組(55名)

・親子でコーディネーショントレーニングの体験。

学ぶ会 31名

・実技、理論を学び理解を深めました。

◆◇コーディネーショントレーニングとは一般的に「運動神経」等と言われる運動の器用さを得る事だけではなくその土台となる「運動学習能力(学ぶ力)」を得ることを最大の目的としています◆◇



コミセン祭 参加  
誠心館・太極拳・コーラス

皆さん、スポーツクラブの3講座「太極拳」「誠心館(剣道)」「コーラス」はいかがでしたか?コミセン祭に向けて練習を頑張ってきました。特にコーラスは新しい先生の演出で魅せてくれました♪



誠心館 大会に出場しました!!

これからも応援よろしくお願ひします!

10/20 第46回宮崎神宮例祭奉納剣道大会

男子 5名 / 女子 2名

♪女子が初めて一回戦突破しました♪

11/3 第66回宮崎市民体育大会剣道競技大会







男子 4名 / 女子 2名

ビーチボールバレー大会  
体育会からの \*報告\*

◆10月20日に予選会を行いました。勝ち抜いた7チームが11月24日の宮崎市地区対抗大会に出場。殆どのチームが3位以内に入賞し、40歳以上の部で東花ヶ島が優勝しました!!

# 会員募集

どの講座も無料体験ができます!

講座名	講師	曜日	時間帯	会場	月会費
 ☆ ソフトエアロビ	黒木尚美	第1～4週 火曜	13時～	村角公民館	1,500円
幅広い世代の方にお勧め。ソフトな動きで有酸素運動やストレッチなどを行っています。					
☆ 健康体操	黒木尚美	第1～4週 火曜	10時～	コミセン等	1,000円
 あまり運動をしていなかった方でも大丈夫。週に1回、体を動かす時間をつくりましょう。					
☆ 誠心館少年団(剣道)	久吉勝一郎他	第1～4週 火曜	17時～	東大宮小	1,500円
 8歳～14歳の子供たちが練習に励んでいます。自分に強く逞しく。他2名の講師在籍。					
☆ ロコモ予防運動教室	理学療法士	第1～4週 水曜	18時～	野崎東病院	1,000円
 40歳以上で日頃運動をしていない方に是非お勧め。講師は野崎東病院の理学療法士。					
☆ グラウンドゴルフ		毎週火・木・土	8時位～	向陽園	600円
 ルールは簡単。誰でもすぐにプレーができます。お近くの方を誘ってどうぞ。					
☆ ダンベル体操	桐井明子他	第1～4週 金曜	19時半～	東大宮中	1,000円
 ダンベルや有酸素運動などで基礎代謝を上げ体を元気にしましょう。他2名の講師在籍。					

## ・平成26年度 小学校コーディネーター募集・

東大宮スポーツクラブでは、25年度から文部科学省の事業(下記参照)を受けています。その中の一つが小学校の体育の授業に「小学校体育活動コーディネーター」を派遣する事業です。25年度は、市内14校の小学校に水泳を始め、陸上、器械体操(マット運動等)、サッカー、創作ダンス等々の派遣を行いました。次年度も行う予定です。そこで、小学校の体育活動コーディネーターを募集します。小学校教員免許をお持ちの方、これから取得予定の大学生の方、日本体育協会および同等の資格をお持ちの方、是非ご応募下さい。又、お知り合いの方がいましたらご紹介下さい。宜しくお願い致します。

・・・ご質問・お問合せは東大宮スポーツクラブ20-6122まで・・・

### ※文部科学省事業内容 「地域スポーツとトップスポーツの好循環推進事業」

スポーツを普及定着させ身近なものとする為、トップアスリートの優秀な技術や経験を地域スポーツに活用し、スポーツのすそ野を広げると共に、小学校では、体育の授業に対し見本等を見せる等、スポーツ人材を活用し、地域のスポーツとトップスポーツの好循環を推進することを目的とした事業。



こどもといっしょ  
家族といっしょ

みんないっしょ  
いっしょIssho...

NPO法人東大宮スポーツクラブ  
キッズジュニア部  
子育て情報ページ

# Issho



Happy New Year

真ん中に写っている女の子  
あいかちゃん(3年生)は、2年  
生の9月からそろばんを始め  
ました。今、8級です。  
そろばんが終わった後は、  
学校の宿題をしたり、みん  
なで鬼ごっこをしたりして  
楽しんでいます♪



## そろばん教室

火曜日 16:30~

東大宮地区社会福祉協議会

## えいご教室 (低学年)

金曜日 16:00~

東大宮地区社会福祉協議会

## えいご教室 (高学年)

金曜日 16:30~

東大宮スポーツクラブ 茶和室

## そろばん教室で頑張っているお友達紹介♪

幼稚園~小学3年生の子供達11名がパチパチ...みんな、  
そろばんに集中して取り掛かっています。そろばんが終わっ  
た後は、学校の宿題をする子、遊ぶ子とそれぞれですが、そ  
ろばんが終わるとかなり賑やかになります。

そろばんは、年長さんくらいから大丈夫です。数字を書く  
ことや読めることができる様になると自信が付き自分のペー  
スで昇級もしていけるので、お子様も楽しんで取り組める様  
です。

これから小学校入学予定のお子様でも大丈夫です。  
テキストを使って数字を書く・数えるの練習から  
始めますのでご安心ください。

体験・見学はいつでもどうぞ(\*^\_^\*)



ゆうや君  
(3年生)



あいかちゃん  
(3年生)

体験見学  
できるよ!!



ゆうと君  
(3年生)



ちひろちゃん  
(1年生)



インフルエンザや嘔吐下痢など心配な季節。手洗い・うがいをして気をつけましょうね!!