



## 滑川ファミリースポーツクラブの活動・取組みに思うこと

滑川小学校長 今橋 道拓

日頃から滑川小学校の子どもたちが、大変お世話になっており、ありがとうございます。クラブに参加・活動している子どもたちの声は「楽しい、大好き」です。これこそ、スポーツの原点だと思います。私も大学を卒業するまで何らかのスポーツに取り組んでいました。その中で、楽しいという思い出はなく、いつも苦しい、辛い、辞めたいという気持ちの方が強かったのです。でも、試合に勝ったときの喜びと強い絆に結ばれた友だちに救われていたような気がします。

その後、部活動を指導する立場になり、自分の苦しかった経験をすっかり忘れ、競技スポーツの宿命でしょうか勝敗へのこだわりが強く、厳しく指導していました。そのせいもあり、高校で同じ部を続ける生徒が少なかったことが残念でした。

指導者として変わったのは「この子たちをプロに育てる訳ではない」という考えを持った時からです。それからは、勝敗にこだわるより一人一人の人間性を高めることに重きをおきました。結果、高校に進学してからも部を続ける生徒が増え、その中には、アテネオリンピックに出場し、中学校時代の指導に感謝されたことを思い出します。現在、辛い思い出しかなかったスポーツに、自分自身が楽しんで取り組んでいることに驚かされます。きっと、勝敗にこだわらず健康重視にしているのが起因だと思います。

滑川ファミリースポーツクラブの、みんなのクラブづくり「すべての子どもたちが持つ、限りない可能性を本人に気付かせてあげましょう。：大好きになってもらおう。子どもたちに好きになってもらう。自信を持たせ、その気にさせよう！」の姿勢・取組みは素晴らしく、学校教育にも取り入れなければという気持ちになりました。また、改めて生涯体育の意義や素晴らしさを教えて頂いたことにも感謝いたします。

# ☀️ H21年度の教室会員を募集します。☀️

## ●教室案内および教室会員新規募集

★教室会員になるには同時にクラブ会員の登録が必要です。

教室	コース	対象者	活動日時	活動場所	教室会費	新規募集
かがやき健康教室	わくわくコース	40才以上の男女	毎週金曜日(4回/月) 14:45~15:45	滑川市民体育館	2,000円/月	20名
	楽しくコース		毎週金曜日(4回/月) 13:30~14:30		2,000円/月	20名
親子体操教室	ほっぷくらぶ	H17.4~H18.12 生まれと保護者	毎週月曜日(33回/年) 10:00~11:30	滑川市民体育館	10,000円/半期	10組
	すてっぷくらぶ	5・6才児と保護者	毎週木曜日(33回/年) 15:00~16:30		10,000円/半期	15組
複合スポーツ教室 ※2	キッズクラブ	小学1~3年生	毎週月曜日(4回/月) 16:30~18:00	滑川市民体育館	2,000円/月	受付け締切り
キッズテニス教室 (スポンジテニス)	ホワイトコース ※2	5・6・7才児	毎週月曜日(4回/月) 15:00~16:00	滑川市民体育館	2,500円/月	受付け締切り
	レッドコース	5・6・7才児	毎週水曜日(4回/月) 15:45~16:45	日立電線日高体育館	2,500円/月	8名
	ブルーコース (スポンジ経験者)	5・6・7才児	毎週金曜日(4回/月) 15:45~16:45		2,500円/月	受付け締切り
キッズテニス教室 (硬式テニス) ※3	グリーンコース	8・9・10才児 受付け締切り	毎週水曜日(4回/月) 17:00~18:00	日立電線日高テニスコート	2,500円/月	受付け締切り
	イエローコース		毎週金曜日(4回/月) 17:00~18:00		2,500円/月	受付け締切り
	オレンジコース		毎週月曜日(4回/月) 17:00~18:00		2,500円/月	受付け締切り
中学生のテニス教室 (硬式テニス) ※3	ジュニアコース	中学生(経験者)	毎週金曜日(4回/月) 18:00~19:30	日立電線日高テニスコート	3,000円/月	若干名
大人のためのテニス教室 (硬式テニス) ※3	ルビーコース	※初心者	毎週水曜日(4回/月) 10:00~11:30		3,000円/月	受付け締切り
	マリンコース		毎週金曜日(4回/月) 13:00~14:30		3,000円/月	若干名
	パールコース	※経験者	毎週水曜日(4回/月) 13:00~14:30	3,000円/月	若干名	
クッキング教室 (お菓子づくり)	らぶりークッキング	女性限定	第2金曜日(1回/月) 11:00~14:00	滑川交流センター	2,000円/月	8名程度

※1. 継続会員の入会希望者を優先しています。ご了承ください。

※2. 複合スポーツ教室およびキッズテニス教室のホワイトコースについては、教室日時と活動場所を中途変更する場合があります。

※3. 硬式テニス参加者は、ラケットとテニスシューズを各自準備してください。



## ●入会の申込みはこちらです。

クラブ事務局に直接お越しいただき、手続きをしてください。

★申込み受け付けは、3/2(月)から

受付時間(平日13:00~17:00)

(詳細は、電話またはクラブホームページでも確認できます。)

**滑川ファミリースポーツクラブ事務局**  
(滑川交流センター内)  
TEL 050(8012)4788  
FAX 050(8012)4788  
ホームページアドレス:  
<http://www.namekawaclub.jp>

# 私たちが指導しています。—いっしょにはじめませんか！—

## かがやき健康体操教室



増子 千代美



Yoshie

健康で楽しく、いきいき体操しましょう！

## 親子体操教室

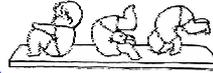


富田 千恵子

親子で元気に  
楽しく体操して  
います



岸田 みゆき



小田倉 洋子



## テニス教室



北條 四郎

楽しく上手  
になりまし  
ょう！



## らぶりークッキング教室



望月 京子

食は命の源、  
おいしいもの  
をいっぱい紹  
介します。  
皆で明るく楽  
しく！！



スポーツを通  
して友達をつ  
くりましょう！



永盛 常雄

## 複合型スポーツ教室

# みんなの クラブづくり

各種研修会・講演会等に参加して得られた情報や感動した体験を伝えるコーナーです。子育てのヒントあり、時にはクラブの運営管理方法の情報を交換し共有する場であったりと、みなさんと共にクラブのステップアップに繋げていきましょう。

## 相手を尊重し、感謝の気持ちを忘れず

事業部 沼田 勝寛

私と柔道との出会いは、就職して3年目の冬、映画「山下少年物語」を鑑賞した時から始まります。

「山下少年物語」とは、史上最年少で「全日本柔道選手権」に初優勝して以来、9連覇達成、ロス五輪（1984年）無差別級金メダリスト、28歳で現役を引退した山下泰裕（8段）その人です。

転勤先で出会った高校柔道部（男女50人）の黒帯軍団の迫力と礼儀正しさに感動した私は、一念発起して日立武道館に入門し、教え子と共に初段を取得、28歳で柔道界にデビューしました。

格闘技に「勝敗」はつきものですが、「精力善用・自他共栄」の教えは、相手を尊重し、感謝の気持ちを忘れず・・・精神修養には最高のスポーツだと確信しています。今後とも末永くかかわっていきたいと思います。



ストレス克服に  
武道呼吸法挑戦  
▲武蔵が人気を集めて  
いる。太極拳や柔道、  
剣道、弓道、合気道な  
どだ、心身を鍛えてス  
トレスを乗り越えよう  
とする人が増えている  
めだろうか。  
▲こうした武道は共通  
しているのが独特の呼  
吸法だ。腹筋を使い、  
おへその下に力を入れ

丹田呼吸法をしほらく  
した後は血中のセロ  
トニン濃度の上昇が確  
認されたという。セロ  
トニンは神経伝達物質  
で、人の精神状態を安  
定させる働きがある

## 武道が人気を集めています。

1/18  
茨城新聞より

定させ、筋肉を適度に  
緊張させる動きがある  
といわれる。呼吸法の  
効果は科学的にも裏付  
けられてきている。ス  
トレスの多い昨今、私  
たちも日々の心身の健  
康のために武道の呼吸  
法だけでも試してみる  
価値はありそうだ。



# 教室をふいかえって



## 一複合スポーツ教室一

「キッズクラブ」では小学1年から3年生までが一年を通していろいろなスポーツにチャレンジしています。教室を卒業する3年生とその家族が感想をよせてくれました。



毎月、種目が変わりいろいろな事が体験できて楽しかったです。

椎名 真由

ラグビーのタグをとるのが、たのしかったです。

安納 直毅

すてっぷから始まり、キッズとあわせて5年間体操クラブに通わせましたが、とてもよい経験をさせられたと思っています。初めは泣いてばかりいた娘でしたが、年々体力もついてきて本当に大きく成長することができました。

椎名 洋美

小さいうちに、いろんなスポーツを体験させたかった為、キャンセル待ちをして2年生の途中から参加させて頂きました。学年や学校の異なる子どもたちとのふれあいと、様々なスポーツを楽しむという素晴らしい体験ができました。

安納 ひとみ



いろんなスポーツをやって、とっても楽しかったです。また他のスポーツもやりたいと思っています

堀内 美里

今年でおわりだから少しいやだったけど、12月は一番大すきなバスケでした。2月にもバスケをやりたいなと思いました。とってもおもしろかったです

山内 あや

休みたい気分の時もあったようですが、3年間がんばって参加できました。体を動かす事の楽しさや、継続の大変さを知る、良い経験になったと思います。指導者の皆さん、本当にありがとうございました。

堀内 千明

プールとバスケットボールが、とても楽しかった。

増淵 はるか

すてっぷくらぶから合わせて5年間、色々なスポーツを楽しみながら、親が驚くほど成長し、たくましくなりました。先生方やスタッフの皆さん、一緒に頑張ったお友だちの皆さん、ありがとうございました。

増淵 恵美子

すてっぷくらぶから始めて早いもので5年になります。体を動かす事がとても好きになり、体力もついてきた様に思えます。色々なスポーツを経験できて、とても有意義な時間だったと思います。

山内 由佳

