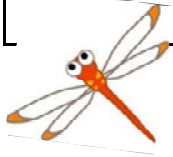




東大宮すぽくら通信

第44号平成26年10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



支えるスポーツ？

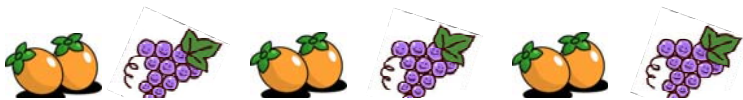
すっきり『秋』ですね。運動や食欲、読書の秋と言われますが、秋の語源を知っていますか？

秋の語源は諸説有ります。空の色が遠く何処までも青く澄み、白い雲が天高く「清明(あきらか)」な時期からとする説。

穀物等の収穫が「飽き満ちる(あきみちる)＝豊富に実る」季節からとする説。ちなみに、稲が成熟することを「アカリ(黄熟)」とも言うそうです。楓(かえで)等が紅葉し、柿等が赤く熟す等の「紅(あか)」が転じたとする説。又、赤とんぼがウジャウジャ飛び回っていたとも言われています。調べて行くうちに、「黄金の国、ジパング」と言う言葉を思い出しました。いつの日か忘れましたが、夕日に輝く稲の穂に満ちた田を見たことが有ります。正に「黄金の国、ジパング」でした。

日本でオリンピック・パラリンピックが行われます。(日本というより東京でかな)宮崎でも、国体が13年後に行われる予定です。その中で必要とされるものが、選手の育成と、支える側のボランティアの育成です。

宮崎市民対象に「スポーツボランティアに参加した事が有りますか」と言う質問に対し「ハイ」と答えた人は、4.6%でした。アンケートの内容や質問の仕方にも多少の問題は有りますが、「スポーツボランティア」を意識している人が4.6%という事に変わりはないと思います。



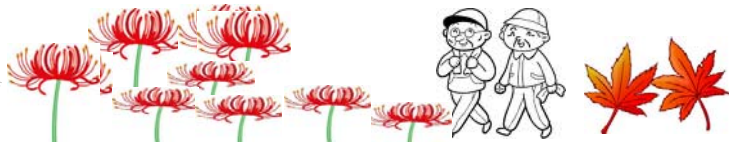
宮崎では、大きなイベントに「青島太平洋マラソン」が有り、約3,000の方がボランティアに参加されマラソンを支えています。他にも大小様々なスポーツイベントが行われています。先日も「宮崎市障がい者スポーツ大会」が行われ、小学生から専門学校生まで約50人のボランティアが運営の補助をして頂きました。自治会や地区においても、ミニバレーやグラウンドゴルフ大会等々行われています。これらは、すべてボランティアの方々がいないと運営出来ないと思います。

「スポーツの秋」この時期様々なイベントが行われます。する側としての参加も勿論ですが、ボランティアとして参加してみませんか？きっと、心に秋晴れのような清明な空と、豊かに実る作物のような満足感が得られるのではないのでしょうか？



スポーツボランティアセミナー 案内

日時: 10月18日(土)9:45受付開始～15:40閉会
 場所: 県総合運動公園合宿所(大講義室)
 内容: 講義「スポーツボランティアの意義と役割」
 実技「みんなが楽しめるニュースポーツ」
 ★問い合わせ: 東大宮SC ☎20-6122





夏休みに水泳教室を開催しました!!!

3教室合同で5日間の水泳教室を行いました。天気に左右される事が多く、実施出来たのはわずか3日間だけでした。わずかな日数の中でしたがそれぞれ目標を持ち練習に頑張っていました。雨の日は体育館でコアディネーショントレーニングを行いました。

又、2つの小学校にも25mを泳ぐことを目標に短期教室を募集し、開催しましたが、きれいに泳げるようになりました。来年も開催しますのでお楽しみに!!!



《マット運動教室》

・月曜日(第1~4週) ・小学1年~3年対象

《ボール運動教室》

・水曜日(第1~4週) ・小学3年~6年対象



《ジュニア教室》

・木曜日(第1~4週) ・年長児~小学2年対象

会場*東大宮小学校 時間*午後5時~



あおぞらサッカー教室

5月から幼児サッカー教室を始めました。あおぞら幼稚園の子どもたち15名が週1回の練習を楽しんでいます。 場所: 向陽園

今年度、文部科学省の事業でスタートしました



東大宮陸上教室(アスリートクラブ)

10月からいよいよ始まります!!

9月の体験会では、15名の子どもたちが参加し、フォームづくり等学びました。

10月から走り方の基本を学びませんか。

・曜日: 水曜日 ・ 場所: 東大宮小学校

10周年の時に講座で集合写真を撮っていましたのでお披露目します♪
左からバウンドテニス(水曜午後の部)、卓球(午前の部)、健康体操の皆さんです。





※クラブの講座は全て無料体験できます。
お気軽にお問合せ下さい。

ソフトバレー (午後の部)

曜 日：木曜日(第2・4週)
時 間：午後1時～
場 所：コミセン
月会費：300円

現在は、30代から60代が集まっています。初心者、経験者どなたでも一緒にプレーできます。ルールも簡単なので練習しながら覚えていきましょう。

バドミントン(夜の部)

曜 日：水曜日(第1・3週)
曜 日：土曜日(第2・4週)
時 間：午後7時半～
場 所：コミセン
月会費：各 500円

初心者から経験者、幅広い世代の方で練習をしています。バドミントンを楽しむための講座です。とても入りやすい講座なのでお気軽にどうぞ

ダンベル体操

曜 日：金曜日(第1～4週)
時 間：午後7時半～
講 師：桐井明子先生・他
場 所：東大宮中学校
月会費：1,000円

軽い重りを握りストレッチ体操、有酸素運動等を自分に合わせて行います。少しずつ続けることを守って頑張っていきましょう。始める勇気を!!!

転ばない体づくりの為に



26年度 後期

❁健康運動教室❁

波島自治公民館 10/6～
毎週月曜日

大島自治公民館 10/7～
毎週火曜日

火切塚自治公民館 10/1～
毎週水曜日

花ヶ島自治公民館 10/2～
毎週木曜日
北花ヶ島自治公民館

村角自治公民館 10/3～
毎週金曜日

時間：午前 9時半～ 血圧測定
午前 10時 ～ 体操

全教室、参加費200円が必要です

《健康運動教室》

60代以上の男女を対象にした教室です。

看護師による血圧測定や健康チェックを行ってから体操をはじめます。

バレーボール

曜 日：水曜日(毎週)
時 間：午後8時～
場 所：東大宮小学校
月会費：400円

1時間程、レシーブ等の練習を行いゲームをします。幅広い年代が集まって、楽しんで汗を流しています。競技大会には参加はしません。

行事のお知らせ

◆10月26日(日)

ビーチボールバレー大会(地区体育会主催)
会場*東大宮小学校

◆11月24日(月・祝)

第17回 東大宮スポーツクラブミニバレー大会
《夢印たまご村・元気湯杯》会場*東大宮中学校

◆12月3日(水)

第27回 健康づくりグラウンドゴルフ交歓大会
会場*市民の森 西公園





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

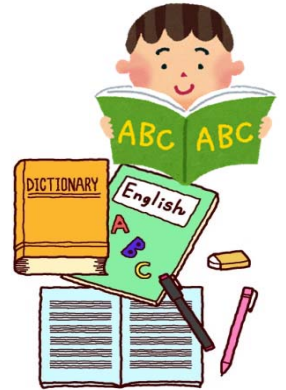


「中学校入学前の英語の準備学習」

って言葉を目にしたことがありますか？

余裕を持って中学英語に入るには、必要な予習を今の時期にやっておいた方が、スムーズに英語の学習に取り組むことが出来るようになります。下記のことを参考にして、今から少しずつ英語の勉強を始めてみてください。

1. アルファベットを正確に読み書き出来るようにする 大文字、小文字の区別をしっかりと
2. 基本的な単語の読み書きをしっかりとやる
3. 簡単な問題集で文法の勉強をする



**英語の準備学習をお考えでしたら、
体験見学お待ちしております！**

英語教室
(小4～6年対象)
金曜日
午後5:00～6:00

小学校ELTでお馴染みのロジリン先生が、お子様の習熟度を見極めながら適切な手順で指導しています。

小学校の英語活動では対応していない、中学英語への土台となる「読む」「書く」領域をカバー。もちろん「聞く」「話す」といった領域もバランスよく学習しますよ。

えいごで遊ぼう♪

(年長～小3年対象)

金曜日

午後4:00～4:50

3年生を中心に年長・2年生でワークショップ形式やゲームや音楽などを取り入れて楽しく、えいごとふれあっています。



10月31日(金) PM4:00～

ハロウィンパーティします!

英語にふれあいながら、楽しいゲーム♪

お菓子ももらって、楽しいパーティ♪

是非、遊びに来てね(^ ˘ ^) /

申込・お問合せは、お気軽に東大宮スポーツクラブ事務局
20-6122までご連絡ください。

