



# 東大宮すぽくら通信

第53号平成29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

今年も  
すぽく  
ら通信  
を  
お楽しみ  
ください



あけましておめでとうございます

NPO法人東大宮スポーツクラブ



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。

今年の夏から、クラブは15年目に入っていきます。早いものです。クラブ設立当初は、県内でも初めてのクラブなので、何を行うにも「総合型地域スポーツクラブとは」と語るところから始まりました。地域の皆さんにも当然ですが、市行政に対しても関係課に出向いては「総合型地域スポーツクラブとは」からお話しさせて頂きました。そこから15年を迎えようとしています。

「原点に帰れ。振り返りこそが、前に進むための原動力となる」

15年を迎える今、クラブの原点に帰ってしっかり前を見据えて更なる10年20年を目指していきたいと思います。

昨年の末、「ペップトーク」という言葉を知りました。（今更恥ずかしいのですが）

「ペップトーク」とは、短い励ましの言葉を意味します。試合前に「君たちはできる。さあ、楽しんで来い」等、ポジティブなイメージを与える言葉です。トイレに「きれいに使って頂いてありがとうございます」と掲示してあります。



昔は「汚すな」等と書かれていたと記憶しています。「汚すな」と書かれていると汚すことをイメージしつい汚してしまうそうです。

子育てにもこの「ペップトーク」は必要ではないでしょうか？しかしそこには、親子という大きな信頼関係が必要です。子ども達を信じるのが一番。そこに前向きな言葉を短く語り掛ける。大変難しいと思います。

「子供たちのやる気を伸ばす」「心も元気にする」子ども達だけではありません。友人だったり同僚だったり。しっかり相手を見て、信頼関係の中で言葉を語りかける。たくさんの人々の中で生きている生かされている私たちです。中々難しいと思いますが、常に心掛けていきたいと思ひますし、心がけてほしいと思ひます。

今年は酉年。酉は「取り込む」に繋がると言われそこから一区切りつけれる運気も取り込めるそうです。その運気を取り込み、10年後20年後のクラブを考える年にしていきたいと思ひます。酉年の人の特徴にみられるように、直感力と行動力を見習い、積極的に行動活動できる年にしたいと思ひます。



## コミセン祭りに参加しました!! 誠心館(剣道)・虹のハーモニー(コーラス)・太極拳

今年も楽しく参加しました ♪(\*∇\*)♪  
毎年、コミセン祭りで披露できること嬉しく思っています。



## 第21回東大宮SCミニバレーボール大会<夢印たまご村杯>\*報告

11月23日(水祝)のミニバレー大会「とても楽しかったよ!!」そんな声をたくさん聞き、次回の大会も盛り上げていきたい気持ちでいっぱいです。試合は楽しみながら体を動かし、じゃんけん大会では真剣勝負で挑まれたことと思います♪♪たくさんのご協力もありがとうございました。

(参加者324名)

### 優勝チーム

ゴールド混成の部	ウィッツ
シルバー混成の部	HSCソフト
混成一般の部	ワンピースA
女子一般の部	スマイリー



《協賛企業》 ありがとうございます!!

★夢印たまご村様 賞品(たまご)

★かわにしスポーツ様 ミニバレーボール



じゃんけん大会の様子

## 第32回健康づくり グラウンドゴルフ交歓大会\*報告

12月2日(水)暖かな日が続いてましたが、冬らしくなった寒さの一日になりました。今回はいつもの大会と比べると参加者が少なかったです。それでも、この大会を楽しみにされてる方も多く、クラブ役員一同、とても嬉しく思っています。最高年齢は93歳(90代6名)。又、Aコート池田さんは、53打という素晴らしい成績を残しました。おめでとうございます。皆さん、また次回もお待ちしています。参加者数183名



【入賞の皆様】(1位~5位) ※名字のみ敬称略

Aコート 池田、西村、厨子、河野、清

Bコート 井関、原田、山脇、笹木、辺木

Cコート 長谷川、佐藤、日高、黒木、池田



# ★ 第1回新別府川ジョギング大会 終了の報告 ★

青空が広がる一日となった第1回新別府川ジョギング大会は大人30名、子供52名の参加で行われました。クラブ等で草刈、清掃を続けてきた堤防沿い。こうやって、ジョギング大会を開催できるまで整備できたことをとても嬉しく思っています。

参加者の皆さまに、気持ちよく走ってもらうことができました♪

走った後はクラブで用意した豚汁の振る舞いで体も心も温まったでしょうね(\*▽\*)  
クラブ講座の中学生バドミントンの子供たちは、ボランティアで協力してくれました。  
参加者、ボランティアの皆さま、たくさんのご協力ありがとうございました♡



## 🌸 東大宮スポーツクラブ & 体育会関連の行事予定 🌸

**1月15日(日)**

宮崎市地区対抗駅伝大会 会場\*生目の杜  
(東大宮地区から男女合わせて6チーム出場します)

**1月22日(日)**

親子チャレンジスケート体験  
場所\*えびの高原

**1月28日(土) ~ 毎週土曜日(5回)**

小学生短期ラグビー教室  
時間: 9時~12時  
場所: 向陽園  
会費: 2,500円(保険料含む)



※詳細についてはクラブまでお電話ください。

**1月29日(日)**

東大宮近郊ママさんバレーボール交流大会

**2月4日(土)**

宮崎市地区対抗グラウンドゴルフ大会 予選会  
会場\*市民の森 西公園

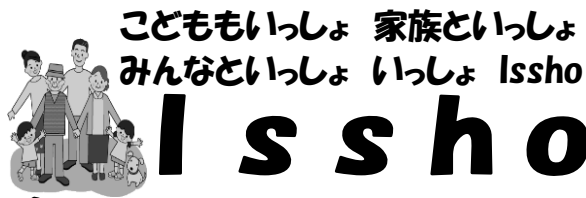
**2月18日(土)**

宮崎市エンジョイスポーツフェスティバル  
会場\*宮崎市総合体育館・宮崎中央公園  
第2回地区交流ニュースポーツ大会  
会場\*宮崎市総合体育館

**3月11日(土)**

宮崎市地区対抗グラウンドゴルフ大会 本選  
会場\*生目の杜





## 29年4月(新年度)からの開催講座です。

新学年に上がる前に参考にして頂けたらと思い早めにお知らせしています。

開始時期、詳細についてはクラブまでお電話ください。

(講師の都合により、H28年度までとは変更している講座も有り)

## ✿29年度会員募集✿

講座名	対象学年	曜日	時間	会場	月会費
✿ 楽っこクラブ 東ジュニア運動教室	小学1年～6年	月曜日(第1～第4週)	午後5時～	宮崎東小	1,500円
✿ 楽っこクラブ ボール運動教室	小学3年～6年	水曜日(第1～第4週)	午後5時～	東大宮小	1,500円
✿ 楽っこクラブ ジュニア運動教室	小学1年～2年	木曜日(第1～第4週)	午後5時～	東大宮小	1,500円
✿ 誠心館少年団(剣道)	小学1年～6年	火曜日(毎週) 土曜日(第2・第4週)	午後5時半～ 午前9時半～	東大宮小 コミセン	1,500円
✿ あおぞらキッズサッカー	年中児・年長児	火曜日(毎週)	午後2時15分～	向陽園	チケット制 1回500円
✿ 東大宮Jrサッカー	小学1年～3年	金曜日(毎週)	午後5時～	東大宮小	チケット制 1回500円
✿ 住吉Jrサッカー	小学1年～6年	木曜日(毎週)	午後4時半～	住吉公園	チケット制 1回500円
✿ Jrアスリート教室	小学1年～6年	木曜日(毎週)	午後5時～	東大宮小	チケット制 1回500円
✿ Jrバドミントン	小学3年～6年	土曜日(第1・第3週) (第2・第4週 チケット制)	午前9時半～	コミセン 東大宮小	800円 1回500円
✿ 卓球	小学生～一般	土曜日(第1～第4週)	午後7時半～	東大宮中	600円
✿ こども英語教室	小学1年～3年 小学4年～6年	金曜日(月4回)	午後4時～ 午後5時～	地区社協	2,500円

会員の皆様にはご迷惑をお掛け致しますが、29年度から講師やクラブの事情により講座が変更になります。子ども達の講座は、スポーツや運動等を楽しむ為に行っています。種目によっては年に数回の大会等に参加しますが、その為の特別な練習は行っていません。

中学校等将来、スポーツや運動等を行っていく為の基礎的な体力づくりや動ける身体づくりを基本に、基礎知識の習得を目的に行っています。又、こども英語教室も同様に英語に興味を持ち、慣れ親しんで頂く為の楽しい教室が展開されています。体験会も行っています。

