



平成29年2月号

発行 新宿チャレンジスポーツ文化クラブ

発行責任者 会長 御所窪 和子

新宿チャレスポだより

『新宿チャレスポ』は、新宿区内初の総合型地域スポーツ文化クラブです。

2/26 (日) 開催迫る！ チャレスポフェスタ

—この事業は公益財団法人東京都スポーツ文化事業団が支援しています—

2月26日曜日、天神小・新宿中におきまして、9:30-15:00を目途に、今年もチャレスポフェスタ開催します。当日の開催種目は下表のとおり。参加費無料。会員じゃなくても自由に参加できます。尚、当日会員申し込みをいただくと次年度末までの会員登録となりますので、この機会にぜひ申し込み検討ください。(年会費大人1,000円、高校生以下500円となっております。)

「奥長良川名水(株)はチャレスポフェスタに協力しています」

チャレスポフェスタ スケジュール/会場予定		: 準備/休憩						
2/26 (日) 9:30-15:00		9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00
天神小	体育館		合気道			みんなでダンス		※15:00 終了予定
			ポッチャ			ソフトバレー		
	校庭	タグラグビー						
新宿中	体育館	バドミントン				パドルテニス		
	校庭	グラウンドゴルフ			フットサル/サッカー			
		ノルディックウォーキング			テニス			
	けやきルーム	たのしい将棋				たのしい将棋		

※会場/スケジュール/種目の予定は、変更する可能性がありますので予めご了承ください



“トップアスリートに学ぶ スポーツ体験教室”

1/7 (土) バドミントン：池田信太郎

主催：東京都・公益財団法人東京都スポーツ文化事業団

主管：新宿チャレンジスポーツ文化クラブ

後援：新宿区

平成28年度 東京アスリートサイクル定着促進事業

会場：富久小学校

**開催！！
追加募集中**

1/7 土曜日 13:00-14:30 富久小体育館で、“トップアスリートに学ぶ スポーツ体験教室”の第1回として、バドミントンの池田信太郎コーチをお迎えしてバドミントン教室を開催しました。

池田先生、オリンピックのオーラ出しまくりでしたが、子供たちに向ける会話はとてもフラット。イメージ通りの優しい声と語り口で、子供たちひきこまれていました。準備運動とウォームアップをアシスタント2名の方と行っていただいた後、跳ね上げたシャトルをキャッチするゲームなど、ラケットを持たないときでも子供たちをのせていく運動などはさすがでしたね。

■ラケットの持ち方～シャトル拾い

教室、まずはシャトルのガチョウの羽根についてクイズ形式の解説をして、ラケットの持ち方とシャトル拾い。写真のように、みんなに説明しながら、個別の状況観察もぬかりなく。習熟度は差はありましたが、できた子には次の課題、できない子には丁寧な解説と指導をアシスタントの方とくまなくやっていたので、子供たちシャトルひろいは完全マスターでした。

■サーブ～フォア・バック練習

続いてはサーブ。こちらはかなり個人差があり、初めてラケットを握る子はラケットに当たらなかつたりもしましたが、写真のような丁寧な指導。オリンピックに手取り足取りの指導ですから、本日よりかなり上達したと思いますよ。“先生ステキ！！”という声が聞こえてきそうですが、この後はシャトルをネット越しに出してもらったのフォアとバックの練習。お手伝いの大人からのシャトル出しなど、ご協力いただいた皆様には改めまして大感謝です。池田先生自身は、巡回しながら、適切な声掛けと、時には自ら指導などこちらも実に丁寧な指導でした。ということであつたという間の1時間半。池田先生、時間オーバーして関係者に止められるまで、熱心にご指導いただき本当にありがとうございました。

■2/4 (土) 富田真紀子選手緊急参加決定！

今後の予定は2/11 土曜日、池田信太郎コーチ

最終回、2/4・18・25 土曜日は榎本淳平コーチのラグビーとなっています。ちなみに2/4 (土)にはサクラセブンスを代表する美女ラガー富田真紀子選手が来てくれることになりました。通称“美しきドールマン”。今号のチラシ裏面に写真とプロフィールを載せていますので、参照の上、会員向追加募集にぜひ応募検討ください。中々素颜まじかで見るとチャンスないですよ…。



新宿チャレスポ活動FLASH!!

【パパとGO! チャレンジツアー】
1/14 (土) 第7回パドルテニス報告
次回 (最終回) 2/4 土 10:30-11:30
ポッチャ 於: 若松地域センター

—この事業は公益財団法人東京都スポーツ文化事業団が支援しています—

2017年1月14日、新年早々の“子育て世代支援事業”の開催は天神小で10:30-11:30で行われました。開催も第7回を数え、いよいよラス前、今回は第1回でも行いましたパドルテニスをリクエスト多数により再度開催しました。

親子2組と母だけ1人という参加構成で、ほぼマンツーマンで休まない運動ができて実に有意義な時間でした。

右写真、孫を教えるような慈愛に満ちた指導者と子供のツーショット、心が温まりませんか? お父さんと一緒にやってみて、親子とも初めてのパドルテニスでしたが楽しんでいただきました。



お母様だけの参加をいただいたOさんと、少し大きなお子様と参加いただいた親子との試合も行い楽しく終了しました。

ということで次回は2月4日土曜日、若松地域センターにおいて“ポッチャ”やります! リオパで一気に認知度を上げましたが、これこそ老若男女、障害者も含めてすべての人が楽しめる素晴らしいスポーツです。

まだチャレスポメニューにもないですが、小さい子から、高齢者まで、障害者の皆様含めて幅広い参加をお待ちしています。



【レクダンス】於: 新宿中学校武道場

■ 1月21日活動報告

新年最初のレッスンは、思いのほか暖かでした。ウォーミングアップの合間に1枚ずつ防寒着を脱ぎながら、お稽古しました。参加者は6名と少な目でしたので、一人踊りを中心にレッスン。

まずは、『Ti Amo』(秋元順子)、次に、二人ずつペアを作り、スカートを履いて踊る『薔薇のように咲いて 桜のように散って』(松田聖子)に挑戦。



『La Guitarrita』も復習をしました。最後に、ダブルサークルの『幸福あそび』を合わせて、本日は終了。

【親子バレー】新年のご挨拶

今年もよろしくお祈りします。

ステップアップを目標に楽しいバレー教室を続けていきま〜す!
みんなでジャンプ!!!



【ノルディックウォーキング】1/15 報告

ノルディックウォーキング(NW)専門部です。新年明けましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。1月15日に開催された新宿チャレスポNW体験会は、御所窪会長も含め8名様の参加でした。

ポールを使ったウォーミングアップと基本のレクチャーを総合芸術高校中庭で行なったあと、当日は新宿二丁目の太宗寺の閻魔様ご開帳の日にあたっていたためそちらへ見学に。

西武線主催のウォーキングイベントのコースになっていたのか太宗寺は見学者でにぎやかでした。新年初の記念撮影もして、新宿御苑脇の玉川上水・内藤新宿分水散歩道を歩いて、富久さくら公園へ戻ってきました。最後もポールを使ったクールダウン。

毎回少しずつコースを変えておりますので、NWにも散策にもご興味ある方ぜひどうぞ!

来月は2月19日(日)の開催です。また、2月26日(日)のチャレスポフェスタでも体験ができます。ぜひ遊びに来てくださいね。



【みんなでダンス】登録団体発表会報告

2016年11月19日土曜日、若松地域センター登録団体発表会に、みんなでダンスの渡邊ひろこ先生が講師をしているだんすぐるーぷ“にゅーとらる”と参加してきました。

SHAKE、檸檬、青春アミーゴ、恋するフォーチュンクッキー、ポーズもかっこよく決まって楽しく、笑顔で踊りました!!



☆2月・3月の事業予定☆

※小学生の夜間の各専門部活動参加には保護者等の送迎を参加条件とさせていただきます

事業名 参加費/回(会員)	対象	2月				3月							
		※2/26日曜日チャレスポフェスタ											
バドミントン 大学生以上200円、 小中高まで100円。(初回無料) ※会場はすべて体育館です	だれでも	4・11・18(土)	5・19(日)	9・23(木)	6・13・20(月)		4(土)		5(日)				
		9:00-12:00	9:00-12:00	18:00-21:00	18:00(準備含む)-21:00		9:00-12:00		9:00-12:00				
		天神小	富久小		東戸山小(対象:大人のみ)		天神小		富久小				
●タグラグビー 自由参加・無料 雨天中止 2/26(日)浦安カップ 3/12(日)城南カップ	だれでも	4・18(土)	4(土)	11(土)	4・18・25(土) 13:00-14:30 アスリートサイクル事業 ※事前申込制(有料)		4・18(土)	12(日)	11(土)	11(土)	25(土)		
		9:00-12:00	13:30-15:00	9:00-12:00			9:00-12:00	13:30-16:30	9:00-12:00	13:30-15:00	9:00-12:00		
		富久小	ここから広場	余丁町小	富久小		富久小	天神小	ここから広場	余丁町小			
新宿あ・み・ま倶楽部 会員300円、非会員500円 ※資料代は参加費に含まれますが、見学に伴う入館料・食事等の費用は別費とします ※小雨決行	だれでも	2月24日(金)午後12時55分大江戸線中野駅改札口集合				3月29日(木)午後12時55分戸塚地域センター集合							
		13:00-16:00				13:00-16:00							
		「染の小道」イベントと林英美子記念館を見学				〈神田川探訪〉神橋から新江戸川公園まで、桜を愛ながります。							
●みんなでダンス 幼児:無料、小・中・高校生:200円 18才以上:300円 それぞれ5回回数券発行 見学、体験無料	だれでも	4・11(土)		25(土)		11・25(土)		18(土)					
		10:00-12:00		10:00-12:00		10:00-12:00		10:00-12:00					
		東戸山小		若松地域センター		東戸山小		若松地域センター					
レクダンス 半期前分払:3000円 会員:3000円/回	30歳以上	11・25(土)				4・18(土)							
		13:00-15:00				13:00-15:00							
		新宿中				新宿中							
●親子バレーボール ソフトバレーボール 大200円、小中100円	小学生以上	4・18・25(土)				4(土)							
		9:00-12:00				9:00-12:00							
		富久小				富久小							
バドミントン教室 前期分前払 小・中学生4,000円 高校生・一般12,000円	小学生 中学生 高校生 一般	11(土):13:00-14:30 富久小体育館				4・11・18・25(土)							
		アスリートサイクル事業※抽選当選者による				教室終了							
		教室終了				教室終了							
		教室終了				教室終了							
		教室終了				教室終了							
バドミントン交流練習 2,000円(10回分前払)	高校生以上	4・11・18(土)18:30-20:45				18:30-20:45							
		新宿中(18:30-練習の場合は400円/回)				新宿中(18:30-練習の場合は400円/回)							
バドミントンフォローアップ講座 前期17,000円 毎週水曜日 ジュニア(Jr)練習:400円/回	教室終了生	1・8・15・22(水)		26(日)※Jr.		1(水)		12(日)※Jr.					
		18:45-20:00		18:00-21:00		18:45-20:00		9:00-12:00 18:00-21:00					
		富久小				富久小							
テニス 大人:500円 小学生~高校生:100円 ※中高校生大人の部参加の時200円 ピジター:大人1,000円、 小学生~高校生:200円	小人 大人	4・18(土)		19(日)		11・25(土)		12・26(日)					
		なし		10:00-12:00		なし		10:00-12:00					
		18:00-21:00		12:00-17:00		18:00-21:00		12:00-17:00					
サッカー 会員:1人300円 非会員:1人1000円 小学生:無料	小学生~大人	2月は活動なし				18(土)							
						18:00-21:00							
						戸山高校							
フットサル 大人:500円 小学生~高校生:100円	だれでも	5・19(日)		11(土)		4・18(土)		12(日)					
		14:00-16:00		14:00-16:00		9:30-11:30		14:00-16:00					
		富久小				富久小							
●ノルディックウォーキング 参加費 300円 (レンタルポール使用料含む) ※新宿御苑等への入園料は個人負担 ※雨天中止	だれでも	11・25(土)		19(日)		11・25(土)		26(日)					
		9:45-12:00		9:45-12:00		9:45-12:00		9:45-12:00					
		戸山公園		富久さくら公園		戸山公園		富久さくら公園					
グラウンドゴルフ 回数券10回分:1,000円	だれでも	7・14・28(火)		18(土)		19(日)		7・14(火)		19(日)		18(土)	
		9:30-12:00		9:00-12:00		9:00-12:00		9:30-12:00		9:00-12:00		9:00-12:00	
		ここから広場		東戸山		富久小		ここから広場		富久小		東戸山小	
●合気道 800円/月 途中参加は可能です。	だれでも	2・9・16・23(木)開場18:00				2・9・16・23(木)開場18:00							
		子供:18:30-19:30、大人18:30-20:30				子供:18:30-19:30、大人18:30-20:30							
		新宿中				新宿中							
●たのしい将棋 1回:200円	小学生 中学生	11・25(土)				11(土)将棋大会				25(土)			
		13:00-15:00				9:00-12:00				13:00-15:00			
		新宿中				新宿中※2月号チラシ参照				新宿中			

※●印の専門部活動は“若松地域スポーツ文化協議会事業”として行っています
各専門部に参加するには、チャレスポの会員になる必要があります。(年会費:大人1,000円、小学生~高校生500円)
日程は学校行事等で変更になる場合があります。ホームページで必ず直前情報をご確認ください。
詳しくは事務局までお問い合わせください。

問い合わせ先 新宿チャレンジスポーツ文化クラブ 事務局
TEL:090-4226-1339 FAX:03-3353-4352
URL:<http://www.challespo.net> メールアドレス:info@challespo.net



新宿チャレスポ 楽しい 将棋大会

3月11日(土) 9:00~12:00
小学生の部 / 中学生の部 開催!

会場：
新宿中学校 ミーティングルーム
※受付は9:00 から行います

参加費：
300円 ※チャレスポ会員は200円

表彰・賞品：
小学生の部 / 中学生の部 各1位~3位
参加賞あり

試合形式：
参加者数などによりスタッフが決定します

みんなの参加を
待ってるよ!



主催：新宿チャレンジスポーツ文化クラブ

お申し込み・連絡先(目黒)
TEL/FAX:03-3208-2686

■将棋大会の参加者は、新宿区在住・在学者に限らせていただきます

チャレスポ将棋大会 申込書

氏名	年齢	
連絡先電話番号	学校名	小・中 学校 年
住所 (〒 -)		
経験： なし / あり	棋力 ()	
チャレスポ	会員 ・ 非会員 (どちらかに○)	
備考欄		

トップアスリートに学ぶ スポーツ体験教室

初心者
大歓迎!

集まれ！未来のオリンピック選手

参加者募集(定員30名)

※応募者多数の場合、抽選を行います

全6回参加
できます。

対象：小学3年生～6年生の男女

※参加者は2種目すべての競技に参加、体験できます。トップアスリートの直接指導を受けられる数少ないチャンスです。トップアスリートと一緒にチャレンジしてみよう。

会場：新宿区立富久小学校 (※詳細は裏面参照)

(バドミントンは体育館、ラグビーは校庭、雨天の場合は体育館で行います)

時間：13時～14時30分 参加費：6,000円

バドミントン

日程：2月11日 (1月7日、14日は終了)
(各土曜日)



バドミントン
池田 信太郎

1980年、福岡県出身、筑波大学→日本ユニシス株式会社→株式会社エポラブルアジア所属
2006年全日本選手権で初優勝、同年YONEX OPEN JAPANでは16年ぶりベスト4入りを果たす。
2007年世界選手権では日本人男子初となる銅メダルを獲得し、2008年全英オープンで21年ぶりベスト4進出を果し、同年8月北京五輪出場。
2009年ミックスダブルスに転向を表明、同時期に所属会社とプロフェッショナル契約を締結し日本人初のプロ選手となる。
2012年ロンドン五輪出場を果たし、同年のYONEX OPEN JAPANでベスト4進出しミックスダブルスとして最後の優秀の美を飾る。
2012年から男子ダブルスで活躍の場を求め海外の選手とペアを組みワールドツアーに参戦。
2014年9月YONEX OPEN JAPANで30年というキャリアに終わりを告げ、引退、現在に至る。
2015年3月にBWF(世界バドミントン連盟)アスリートコミッションに日本人初の立候補し、TOP当選を果たす。6人から構成されるアスリートコミッションメンバーの一員となっている。

ラグビー

日程：2月4日、18日、25日
(各土曜日)



ラグビー
榎本 淳平

1979年、東京都出身、保善高校(新宿区)→関東学院大学→三洋電機ワイルドナイツ
ポジションCTB(主に背番号12)
元ラグビー日本代表
元三洋電機ワイルドナイツ
(現パナソニックワイルドナイツ)主将
日本選手権優勝
現関東学院大学ラグビー部ヘッドコーチ



富田 真紀子 ※2/18・25は他のセカンドアスリートになる場合があります

セカンドアスリート

1991年、千葉県出身
早稲田大学→フジテレビ勤務・世田谷レディース
サクラセブンス女子日本代表(FW)
2016年リオデジャネイロオリンピック7人制ラグビー日本代表
15人制ラグビー日本代表

(※諸般の事情により日程が変更する場合があります。)

お申し込み方法

下記メールでお申し込みください。(※詳細は裏面参照)

メールアドレス：info@challespo.net

主催：東京都・公益財団法人東京都スポーツ文化事業団
主管：新宿チャレンジスポーツ文化クラブ / 後援：新宿区
問い合わせ先：会長 御所窪和子
TEL:090-4226-1339 URL:http://www.chillespo.net