



平成29年3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!

『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) 開催報告 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(日曜日)、天神小・新宿中にて、9:30-15:00で、今年もチャレスポフェスタ開催しました。当日の開催種目は次年度新登場種目ポッチャを含む12種目。天気にも恵まれ、延べ≒150人の来場をいただきまして誠にありがとうございます。

初めてチャレスポに参加いただいたファミリーも多く、認知度を高めたという気がしております。又、一日中どこに行っても開催しているという状況を作りましたので、5種目以上を回られた参加者が多数いました。普段は特定のスポーツしかやらない方たちも全くやったことのない種目に挑戦いただき、初期の目標は達成できたかと思っております。



★みんなでダンスでは、本格的にストレッチをして今、流行りの恋ダンスに挑戦しました。

脳トレにもなった、恋ダンス。本当に難しかったですですが、寒い体育館でも、身体は意外にも暖かく、楽しく過ごせました!!★



# “トップアスリートに学ぶ スポーツ体験教室”

## 2/4・18・25（土）ラグビー教室

### 榎本淳平・富田真紀子・大川あゆ美

主催：東京都・公益財団法人東京都スポーツ文化事業団 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

■ラグビー（タグラグ）教室は3人のトップアスリートがコーチ！

“トップアスリートに学ぶスポーツ体験教室”のラグビー（タグラグ）教室は2/4, 18, 25土曜日の3回開催されました。3回ともファーストアスリートとして元日本代表、現在関東学院大学のヘッドコーチである榎本淳平先生、セカンドアスリートとして、サクラセブンズ現役代表から、富田真紀子選手が1回目に、2回目と3回目は大川あゆ美選手にお越しいただきました。とても華やかな顔ぶれで、特に現役女子日本代表の美女ラグー2人のオーラ半端なかったですね。顔もスタイルも抜群なうえ、動きの切れ切れなステップ、何より子供たちに向けられる天真爛漫な笑顔は本当に素敵でした。ちなみに榎本コーチさらに愛弟子の女子ラグー（関東学院生）まいまいを1,2回で引率いただき、さらに楽しい開催となりました。

#### ■2月4日、初回は富田真紀子選手

まずは初回。朝方の冷え込みからぐんぐん気温は上昇し、開催時期にはとても暖かな日和となり、≒20名の子供たちが参加した気持ち良い開催でした。

開会式で、富久小学校の副校長先生からもあいさついただいたとき、さらに副校長自らマイクの手配や、急なフラフープのお願いなど、ご協力本当にありがとうございました。

教室は鬼ごっこ、タグ取り、宝探し（泥棒）のあとゲームの時間となって、まずは先生3人もチームにまじって対戦しました。そのあとで、大人チームと子供チームの対戦、先生たちのすごい飛ばしパスや、華麗なステップ、随所にお手本プレーを見せていただき、東京オリンピックの女子ラグビー代表と一緒にプレーしたことがあるという自慢が2020年に言えそうですよ！子供たち一生の思い出になったのではないのでしょうか？

#### ■2月18日、25日は大川あゆ美選手

第2回、第3回の大川あゆ美選手、子供相手にみせる笑顔やしぐさは本当に素敵でした！3回目となると鬼ごっこやウォームアップなどで、榎本コーチにも子供たちすっかりなついていました。

練習の最後は、やはり4チーム対抗戦の後、スペシャル大人チームに子供たちが挑みました。

一巡して時間が来たので、終了かと思いきや、まだまだやろうよと先生のほうから申し出ていただき、もう一巡。息ひとつ乱れさせないのは本当にさすがですが、何より子供たちをノリノリにさせて楽しい雰囲気を作る技は超一流です。参加者合計45人（2回目）、最終回は学校行事と重なりながらも≒40名、最後の集合写真、見に来ていた保護者の皆様とも大満足の表情をご確認ください。



# 新宿チャレスポ活動FLASH!!

## 【パパとGO! チャレンジツアー】

### 2/4 (土) 最終回ポッチャ報告

—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—

#### ■最終回ポッチャ新宿チャレスポ初開催!

2月4日土曜日、10:30-若松地域センターにおきまして、パパとGO! チャレンジツアーの第8回目にして最終回“ポッチャ”が開催されました。参加者は4人家族1組と、父娘1組の合計2家族6人。これぐらいの人数ですと、ポッチャの多様な遊び方が楽しめて、参加者の満足度の高い開催となりましたでしょうか。

まずは体操から。この事業8回すべてで展開されたみんなでダンス渡辺ひろ子先生のストレッチ&リラクゼーション。会の初めて終わりで大人にとっては癒しの体操、子供にとっても楽しい体操でした。名残惜しいですが、今後もこの体操を体感したい方はチャレスポのみんなでダンスへお気軽にお越しください。

それでポッチャですが、本来はとても頭を使うゲームなのですが、本日は小さい子供でもとつきやすくするため、最初に的を準備。高い得点を競う的あてゲームで、小さい子供も得点を取ればいいのだから楽しそうに投げていました。

1クール終えたところで、白いボールの近くにおくことで得点を競う通常ルールでゲームを行いました。

#### ■子育て世代支援事業の正しい形!?

ということで、次のクールは大人と子供を分けて競技しました。

写真手前方に子供とスタッフの的あて遊びチームと、後方大人グループに分かれました。お子様大分小さかったですが、スタッフと遊ぶことに違和感はなかったですね。これぞ私たちの目指した子育て世代支援事業の典型的なパターンで、親子が別々に近くで遊びながら両方とも楽しんでいます。最終回にして、とても理想的な形で終わることができて、本事業を通じての成果としても良い終わり方になったのではないのでしょうか。



#### 【みんなでダンス】2/18 (土) 地域スポーツ交流会に今年も参加!

2/18(土)地域スポーツ交流会に参加してきました。愛のしるし、恋するフォーチュンクッキー、おどるぼんぽこりんを踊ってきました。

今回は、たくさんのギャラリーの前で踊り、参加者のメンバー少し緊張してましたが、最後は笑顔いっぱい終わることが出来ました。手伝って戴いたスタッフの皆様、お母さん方々、本当にありがとうございました。(運営委員①)

本日の交流会は参加メンバーが少ないこともあり、受付補助の私も壁の花として舞台に立ちました。いつも通りメンバーの踊りを後ろから真似ての踊りでしたが、枯れ木も山の賑わいで踊っている楽しさが見ている人たちに一寸伝わったかなと思いました。(運営委員②)



#### 【新宿あ・み・ま倶楽部】3/29 (水) 〈神田川探訪〉お待ちかね花見!

神高橋から新江戸川公園まで、桜を愛なが歩きます。午後12時55分戸塚地域センター集合!!

#### 【レクダンス】於：新宿中学校武道場

##### ■1月28日活動報告

今回は4名の参加がありました。先週に引き続きスカート履いて『薔薇のように咲いて桜のように散って』松田聖子



##### ■2月11日活動報告

2月最初のお稽古は、5名の参加と1名の体験で賑やかに楽しみました。今回は浜松で開催された全国講習会のレッスン曲を中心に練習しました。

#### 【たのしい将棋】3/11 将棋大会新宿中

3/11土曜日9:00-12:00新宿中ミーティングルームでたのしい将棋大会開催されます。詳細はHPまたは先月(2月)号広報誌を参照ください。当日会場受付ありです。

# ☆3月・4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	3月					4月						
		4(土)	5(日)	9(木)		8・15(土)	10・17・24(月)	13・27(木)	16(日)				
<b>バドミントン</b> 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	9:00-12:00	9:00-12:00	18:00-21:00		9:00-12:00	18:00(準備含む)-21:00	18:00-21:00	9:00-12:00				
		天神小	富久小			天神小	東戸山小(対象:大人のみ)	富久小					
		4・18(土)	12(日)	11(土)	11(土)	25(土)	1・15(土)	9・23(日)	8(土)	9(日)	22(土)		
<b>●タグラグビー</b> 自由参加・無料 雨天中止 3/12(日)城南カッブ	だれでも	9:00-12:00	13:30-16:30	9:00-12:00	13:30-15:00	9:00-12:00	13:30-16:30	9:00-12:00	10:00-12:00	9:00-12:00			
		富久小		天神小	ここから広場	余丁町小	富久小		天神小	戸山小	余丁町小		
		3月29日(水)午後12時55分戸塚地域センター集合					4月23日(日)12:55JR四谷駅 麹町口階段上(四谷見附の石垣前の駅側)集合						
<b>新宿あ・み・ま倶楽部</b> 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・食事等の費用は実費とします ※小雨決行	だれでも	13:00-16:00					13:00-16:00						
		〈神田川探訪〉神高橋から新江戸川公園まで、桜を愛ながります。					四谷門から桜田門まで ~江戸城への玉川上水水路、そして蓮・井戸など水の道~						
		11・25(土)					18(土)		1(土)		8・15・22・29(土)		
<b>●みんなでダンス</b> 幼児:無料、小・中・高校生:200円 18才以上:300円 それぞれ5回分回数券発行 見学、体験無料	だれでも	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		若松地域センター		東戸山小				
		4・18(土)					1・15(土)						
<b>レクダンス</b> 半期前払:3000円 会員:300円/回	30歳以上	13:00-15:00					13:00-15:00						
		新宿中					新宿中						
		4(土)					8・15・22(土)						
<b>●親子バレーボール ソフトバレーボール</b> 大200円、小中100円	小学生以上	9:00-12:00					9:00-12:00						
		富久小					富久小						
		4・11・18(土)					25(土)※チラシ参照		1(土)※チラシ参照		8(土) 1・15・22・29(土)		
<b>バドミントン教室</b> 前期分前払 小・中学生4,000円 高校生・一般12,000円	小学生	教室終了			教室終了		体験会 小:15:30-17:00 中:17:30-19:00		中止		15:30-17:00		
		教室終了			教室終了		19:15-20:45		中止		17:20-19:00		
		教室終了			体験会 18:30-20:00		18:30-20:00		中止		19:15-20:45		
		教室終了					18:30-20:00		中止		18:30-20:00		
		高校生以上					18:30-20:45		20:00-20:45		18:30-20:45		
<b>バドミントン交流練習</b> 2,000円(10回分前払)		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)						
		1(水)					12(日)※Jr.		12・19・26(水)		23(日)		
		18:45-20:00					18:00-21:00		18:45-20:00		18:00-21:00		
<b>テニス</b> 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	小学生~大人	11・25(土)			12・26(日)		未定		未定				
		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				
<b>サッカー</b> 会員:1人300円 非会員:1人1000円 小学生:無料	小学生~大人	18(土)					未定						
		18:00-21:00					18:00-21:00						
		戸山高校					戸山高校						
<b>フットサル</b> 大人:500円 小学生~高校生:100円	だれでも	4・18(土)			12(日)		1・15(土)		9(日)				
		14:00-16:00			9:30-11:30		14:00-16:00		9:30-11:30				
		富久小					富久小						
<b>●ノルディックウォーキング</b> 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)			26(日)		8・22(土)		23(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				
<b>グラウンドゴルフ</b> 回数券10回分:1,000円	だれでも	7・14(火)		19(日)		18(土)		8(土)		11・25(火)	15(土)	16(日)	
		9:30-12:00		9:00-12:00		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		富久小		東戸山小		富久小		ここから広場		東戸山小	富久小
<b>●合気道</b> 800円/月 途中参加は可能です。	だれでも	2・9・16・23・30(木)開場18:00					6・13・20・27(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						
<b>●たのしい将棋</b> 1回:200円	小学生 中学生	11(土)将棋大会			25(土)		8・22(土)						
		13:00-16:00			13:00-15:00		13:00-15:00						
		新宿中			新宿中		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

**4月15日教室  
スタート!**



3月25日(土)18:30~一般基礎クラス  
4月1日(土)15:30~小学生、17:30~中学生  
各クラス体験会開催!参加費:500円

新宿中学校で新規申込者対象の体験会を行います。  
教室の内容がわかります。  
今年度も募集人数が限られているため、体験会に参加しても、教室参加確定ではないことをご了承ください。

**新年度教室生  
募集開始!**

教室開催 年間30回  
4月~8月 前期  
9月~12月 後期

コース	開催日時	場所	参加費 半期分前払	定員 (名)	募集 (名)	内容
バドミントン 教室	小学生 土曜日 15:30~17:00	新宿中学校 武道場	5000円	20	若干	バドミントンの基本から大会入賞を目指す。3年生以上対象。体操着、紐靴、できればバドミントンシューズで来てください。
	中学生 土曜日 17:30~19:00		6000円	20	8	基本的に毎週来れる人。正しい振り方とフットワークの指導から大会上位進出を目指す。
	高校生 育成コース 土曜日 19:15~20:45	新宿中学校 武道場	6000円	10	0	育成練習。部活練習を補い、個人の能力を高める。(都上位進出を目指す)
	一般初級 基礎クラス 土曜日 18:00~18:30 座学・準備運動	新宿中学校 ミーティング ルーム アリーナ	12000円	20	7	フットワーク、基本ストロークを学ぶ。打ち方の初歩から学びたい方も。
	一般初級 応用クラス 18:30~20:00 実技			10	0	基礎クラス修了者のみ。サーブ、レシーブ、ダブルスフォーメーションなど。
交流練習	教室終了後 20:00~20:45	新宿中学校 アリーナ	2000円 (10回分前払)			みんなでゲームしながらバドミントンを楽しみます。
	1月~3月土曜日 18:30~20:45		500円/回			

※学校行事により開催日程が変わることがあります。予定はHP・チャレスポだよりに掲載します。

※お申し込み後の参加費の返金はありませんので、ご注意ください。

※年度途中の募集は原則としてありません。中学1年生のお問い合わせについては、ご相談いたします。

※1月~3月は、一部会場が使用できないため、交流練習となります。

申込〆切 一般:3月25日(土)体験教室終了時、小・中4月1日(土)体験終了時とします。

申し込み多数の場合は、新宿区在住者優先の抽選としますのでご了承ください。

抽選結果については、4月7日までに申込者全員にご連絡いたします。

担当者PCからのメール連絡になります。携帯電話の方はご注意ください。

申し込み用紙等については裏面をご覧ください。☞

持ち物 紐靴、できればバドミントンシューズ  
ラケット(初心者には貸出もあります)  
スポーツドリンクなどのキャップ付き飲み物  
運動着(更衣室あり)

申込み先 藤塚 TEL/FAX 03-6457-8900  
[info@challespo.net](mailto:info@challespo.net)  
※HPからの申込の際、希望クラスをお知らせ  
ください。小～高生は学年もお知らせください。

＜新宿チャレスポからのご案内＞  
平成18年度から新宿チャレスポの運営  
は、会員の会費によって賄われています。  
参加費のほかに年会費が必要です。  
小学生～高校生 500円  
一般 1000円  
受付にて手続きしてください。

藤塚 行

申し込み日 月 日

## チャレスポ バドミントン教室 申込用紙

※学年は4月からの学年を記入してください。

氏名	ふりがな	性別	年齢	学校名	学年
		男・女			
住所	〒				
連絡先	☎		緊急連絡先		
E-mail			体験会	出席・欠席・未定	
希望コース			部活経験	あり・なし	

氏名	ふりがな	性別	年齢	学校名	学年
		男・女			
住所	〒				
連絡先	☎		緊急連絡先		
E-mail			体験会	出席・欠席・未定	
希望コース			部活経験	あり・なし	

- ※ 複数人数で申し込む場合は、コピー可能です。記入漏れの無いようにお願いいたします。
- ※ 個人情報はチャレスポの活動以外の目的では使用しません。
- ※ 申込希望コースは考慮しますが、到達度により移動することもあります。
- ※ 参加者が長期間お休みした場合、次点の方に入っていただくことがあります。ご了承ください。

# 平成29年度「あ・み・ま倶楽部」案

4月

●四谷門から桜田門まで ～江戸城への玉川上水水路、そして濠・井戸など水の道～  
平成29年4月23日（日） 午後1時～午後4時

【集合場所】

J R四谷駅 麴町口階段上 （四谷見附の石垣前の駅側）集合

▼予定のコース

四谷見附跡→四谷見附橋→真田壕（上智大学グラウンド）上→喰違見附→紀井國坂下白堀跡→赤坂見附門跡→玉川の瀧（松江藩）→清水谷公園→麴町大通り→尚泉水（井戸）→枡跡→平河天神→太田姫稲荷神社→半蔵門→柳の井→憲政記念館→→桜の井→法務省赤レンガ棟→外桜田門

5月

●未来都市のモデル 新宿副都心を歩く

平成29年5月18日（木） 午後1時～午後4時

（地域冷暖房施設の見学を検討しますが、施設見学は別の日となることがあります）

●歩くだけの場合の主な見学場所。地域冷暖房施設の見学が入ればコース変更あり）。

新宿駅東口・馬水槽前集合→旧青梅街道→東京地方専売局淀橋工場跡→淀橋浄水場跡の碑→策の井跡の碑→新宿センタービル（大成建設）→地下道→新宿三井ビル＝前55ひろば→新宿住友ビル＝外庭の浄水場跡のモニュメント（蝶型弁）→東京都庁舎→新宿地域冷暖房センター（新宿パークタワー）→ 新宿中央公園→小西六写真工業跡→新宿エコギャラリー新宿

6月

●皇居東御苑（江戸城跡）を歩く ～二の丸庭園 の「江戸ハナショウブ」が見頃～

平成29年6月8日（木） 午前10時～12時30分

【集合場所】

東京メトロ東西線竹橋駅 1a 出口外（地上に出た付近）

▼予定のコース

竹橋→北桔橋門→江戸城天守台→大奥跡→松之大廊下跡→富士見多聞櫓→富士見櫓→桃華楽堂→平川門→汐見坂→白鳥濠→二の丸庭園（江戸ハナショウブ満開の予定）→百人番所→大手門  
（もっと江戸城跡を見たい人は、食事をして少し御案内してもいいです）

7月

●（江戸湊を埋め立てるために削り取られた神田山界限）駿河台を歩く。

～湯島聖堂・ニコライ堂・生物多様性に配慮した屋上庭園・そして坂道～

平成29年7月17日（月・祝日）午前9時30分～12時30分

【集合場所】

J R御茶ノ水駅 聖橋口前 新御茶ノ水駅への広場

▼予定のコース

お茶の水駅→太田姫稲荷神社元宮跡→淡路坂→大田南畝終焉の地→ニコライ堂→太田姫稲荷神社→小栗上野介邸跡→明治大学→大久保彦左衛門邸跡→御茶の水の碑→神田川（風致地区）→聖橋→昌平坂→湯島聖堂→神田明神

<以下詳細は7月には決定>

8月

●神田川・環状7号線地下調整池の見学 (検討中)

神田川・環状七号線地下調節池は、環状七号線の地下34メートル～43メートルに延長4.5km、内径12.5メートルのトンネルを掘り、大雨の際に川から水を流し込んで洪水を避ける施設です。

見学交渉により日程、時間が決まります。

中野富士見町駅集合し、東運寺(通称釜寺)に拝観して、行く予定です。

9月・10月は<「漱石山房記念館」開館記念まち歩き>として

9月

●千駄木の「漱石」と「鷗外」

平成29年9月 日( ) 午前9時30分～12時30分

▼予定のコース

東大赤門前→三四郎池→S坂(権現坂)→本郷追分根津神社(「文豪憩いの石」)→漱石猫の家(漱石旧居跡)→藪下通り→森鷗外記念館(観潮楼)→団子坂→千駄木駅

10月

●新宿の「漱石」そして『漱石山房記念館』

平成29年10月 日( ) 午前9時30分～12時30分

▼検討中のコース

喜久井町(誕生の地、終焉の地=漱石公園、小倉屋、夏目坂、誓閑寺)から、「漱石山房記念館」を見て、神楽坂(善国寺、相馬屋、田原屋、東京理科大)の方へ歩く予定です。

11月

●江戸城外堀跡界隈を歩く～四ツ谷門跡から飯田橋へ～。

平成29年11月19日(日) 午前9時30分～午前12時30分

【集合場所】

JR四ツ谷駅 麴町口階段上

▼予定のコース

四ツ谷門跡→外濠公園総合グラウンド→市ヶ谷門跡→亀岡八幡宮→大日本印刷(市ヶ谷の森)→浄瑠璃坂→愛敬稲荷→逢坂→神楽坂→牛込揚場跡→牛込門跡

12月

●中山道最初の宿場だった板橋宿

平成29年12月 月 日( ) 午後1時～4時

甲州道最初の宿場だった内藤新宿とイメージ的に比較しながら歩きます。

<以下の詳細は11月には決定します>

平成30年1月6日(土)

●「元祖山ノ手七福神」巡り。

平成30年2月3日(土)

●自性院～猫地蔵の開帳と七福神行列を見る～。

平成30年3月

●飛鳥山公園へお花見。