



2019年1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。

## 賀正 2019

あけましておめでとうございます。「安心して子どもを外で遊ばせられない」「気軽に運動できる機会や場所が少ない」といった社会状況の中「だれでも」「気軽に」運動できる場所が欲しいという思いからスタートした「新宿チャレンジスポーツ文化クラブ」。地域の皆様と一緒に活動して17年目を迎えます。子どもから高齢者まで好きなスポーツを見つけ、元気に過ごしたいものです。今年も安全・安心に細心の注意を払います。皆様にとって楽しいスポーツ年になりますように！



2019年1月

新宿チャレンジスポーツ文化クラブ  
会長：御所窪和子



タグラグビー  
12/9 (日) サントリーカップ辰日ベスト4  
東京都代表大会へ3度目の進出！！



12/8 (土) ソフトバレーボール大会

### 1月号の内容

- ・ドッジボール大会 2/24 (日) 申込書挟込
- ・タグラグビー：サントリーカップ 12/9 (日) 東京都代表選進出決定！！
- ・“ときめいてスポーツ”  
12/2 (日)：ポッチャ西新宿シニア館  
12/10 (月)：ポッチャ富久町児童館
- ・ソフトバレー大会 12/8 (土) 参加報告
- ・レクダンス 12/1・15 (土)
- ・新宿あ・み・ま倶楽部 12/7 (金)  
晩秋の千駄ヶ谷と明治神宮外苑を歩く
- ・出前授業“ポッチャ” 12/19 (水) 四谷第六小
- ・みんなでダンス：3/10 (日) コンサート他



出前授業“ポッチャ”  
12/19 (水) 四谷第六小



レクダンス 12/1・15 (土)



“ときめいてスポーツ”

12/10 富久町児童館 ↑  
←12/2 ポッチャ西新宿シニア館



# 「働き方改革」でファミリースポーツしよう！！

## 第2弾ドッジボール大会

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24日(日) 申込締切 2/10(日)まで

時間: 小学校 1・2 年生…10:30~12:00(受付は 10:00~)

3 年生~大人…13:15~14:45(受付は 12:45~)

場所: **新宿中学校** 申し込み詳細は 1 月号 (今月号) 挟み込みまたは HP から!

参加費: 無料

持ち物: あせふきタオル、水筒、うわばき

■ 対象グループ予定

(※参加チーム数によって、変わることもあります)

■ 【午前】 ☆1 年生の部 ☆2 年生の部

■ 【午後】 ☆3 年生の部 ☆4 年生以上の部 (大人を含む)



## 新宿チャレスポ活動FLASH!!

【タグラグビー】 やったね!!

サントリーカップ東京都代表大会へ進出決定

12月9日日曜日、寒波襲来の日でしたが、2018年度サントリーカップ辰巳最終ラウンドで、新宿チャレスポスパイダーズ 3 度目の東京都代表大会を決めました。昨年もあと一步のところまで逃していたので今回は子供たち本当によく頑張りました。

K澤先生他スタッフ全員の皆様、保護者の皆様、おめでとうございます!!そしてありがとうございます!!2019年1月20日の東京都代表大会に向けて盛り上がりましていきましょうね。



【みんなでダンス】 3/10(日) 早稲田大学大隈記念講堂早稲田の街スプリング・コンサート

来る 3/10(日) 早稲田大学大隈記念講堂にて行われる第 9 回早稲田の街スプリング・コンサートのレッスンが始まっています。また、3/16(土) 地域クラブ交流会で舞台参加も決定。振付を考えてく

れたりと頑張っているところです。



【バレーボール】

①ソフトバレー大会 12/8 (土)

チャレスポより、ファミリーA・B レディースA・Bの4チームが参加しました。グループの成績でファミリーAチームが3位、Bチームが4位になり、レディースもかなり厳しい戦いを最後まで頑張りました。

②12/15(土) バレーボール教室でした。

この日は女子2人、男子が7人と多い教室でした。

男子が多いと力とスピード感がありましたが、指導員と元補助指導員の方でしっかりと受け止めることができたため内容の濃い教室でした。





## 【ポッチャ】出前授業

12/19 (水) 四谷第六小

12月19日(水)四谷第六小学校4年生(1組22名、2組23名)にポッチャの授業をしてきました。指導者3名補助1名、子供たち大いに盛り上がり終了後のコートのテープもそのまま残置で、いつでもできるようにしておきたいとのことでした。



## 【ときめいてスポーツ!】

### ①12/2 (日) ポッチャ@西新宿シニア館

12月2日(日)曜日10:00-12:00で、「ときめいてスポーツ」ポッチャが西新宿シニア館で開催されました。参加者は講師・運営も含めて全員で14人、会場1コート縮小版状態なのでほどよい参加人数でありましたでしょうか。ポッチャ初めての人も大半だったので、講師よりルール説明。その後の実践も踏まえての体験で本日より皆さん長足の進歩でした。



### ②12/10 (月) ポッチャ@富久町児童館

12月10日(月)9時30分から11時30分、富久町児童館でポッチャ体験会を行いました。またやりたいとの声が多かったので「富久ポッチャの会(仮称)」を作り今後も活動をしていくことになりました。



## 【レクダンス】12月活動報告

於：新宿中学校武道場

★12月1日(土) 13:15~15:00

月末のイベントでは練習の成果『サザエさん』を発揮することができました。

今月も寒さに負けず、10名の参加者とお稽古を

しました。『みんなでストレッチ』『新宿いきいき体操』『やってみよう!』『Open Arms』/Journey最後に『サントワマミー』/越路吹雪



★12月15日(土) 13:15~15:00

今年最後のレッスンには9名の参加者がありました。

次回のレッスンは、  
1月12日(土) 13時15分~ の開催です。開催日注意です。



1月~は武道場に畳が設置されていますので、シューズは不要です

## 【新宿あ・み・ま倶楽部】12/7(金)

晩秋の千駄ヶ谷と明治神宮外苑を歩く

12月7日(金)曜日まち歩きにはちょうど良い天気です。20名で歩きました。「晩秋の千駄ヶ谷と明治神宮を歩く」というテーマで行われました。鳩の森神社の富士塚に登り、霞ヶ丘の新国立競技場の工事現場を眺め銀杏並木の黄葉を堪能しました。12050歩420カロリー消費しました。



<今後の予定>

### ①1/5 (土)「新宿山の手七福神巡り」

集合午前9時25分太宗寺

### ②2/26 (火) 四谷で、歴史探索2

~四谷北寺町・荒木町そして新宿歴史博物館~

午前9時25分曙橋駅・住吉町側の改札前  
荒木町を中心に、四谷北寺町と、新宿歴史博物館の企画展示「新宿の遺跡2019」を見学したいと思います。



### ③春らんまん、新宿区の「神田川」を全踏破!

3/28(木) 雨の場合 29(金)  
午前の部: 9時30分 - 12時30分  
午後の部: 13時15分 - 16時30分  
(時間は見込みです)



詳しくはHPを参照ください

# ☆1月・2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	1月				2月					
		6・20 (日)	10・24 (木)	7・14・21・28 (月)	12 (土)	2・9・16 (土)	3・17 (日)	14・28 (木)	4 (月)		
<b>バドミントン</b> 大学生以上200円、 小中高まで無料 ※会場はすべて体育館です	だれでも	9:00-12:00	18:00-21:00	18:00 (準備含む) -21:00	9:00-12:00	9:00-12:00	9:00-12:00	18:00-21:00	18:00 (準備含む) -21:00		
		富久小		東戸山小(対象: 大人のみ)	天神小	天神小	富久小		東戸山小(対象: 大人のみ)		
<b>タグラグビー</b> 自由参加・無料 雨天中止 1/13日9:30-11:30戸山小 1/20日サントリーカップ東京都代表大会	だれでも	5・19 (土)	13・27 (日)	12 (土)	12 (土)	26 (土)	2・16 (土)	10 (日)	9 (土)	9 (土)	23 (土)
		9:00-12:00	13:30-16:30	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		天神小	ここから広場	余丁町小	富久小		天神小	ここから広場	余丁町小
<b>新宿あ・み・ま倶楽部</b> 会員500円、非会員1000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	5(土): 集合9時25分太京寺 9時30分~12時30分				26(火): 集合9時25分 曙橋駅住吉町側改札口外 9時30分~12時30分					
	原則 9:25分 集合	「新徳山の手七福神巡り」				「四谷北寺町・荒木町として新徳歴史博物館」					
<b>みんなでダンス</b> 小・中・高 200円 (回数券6回分: 1000円) 18才以上 300円 (回数券6回分: 1500円) ※体験・幼児無料	だれでも	5・26 (土)		12・19 (土)		2・16 (土)		9・23 (土)			
		9:00-12:00		9:00-12:00		9:00-12:00		9:00-12:00			
		東戸山小		富久小		東戸山小		若松地域センター			
<b>レクダンス</b> 半期分前払: 3000円 会員: 3000円/回 非会員: 5000円/回	30歳以上	12・19(土) 13:15-15:00				2・16(土) 13:15-15:00					
		新宿中				新宿中					
<b>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	12・19 (土) 9:00-12:00				2・9 (土) 9:00-12:00					
		富久小				富久小					
<b>バドミントン教室</b> 半期分前払 小学生5,000円 中・高校生6,000円 一般12,000円 ■2018年度教室は定員に付、 締切となりました!!	小学生 中学生 高校生 一般	5 (土) 15:30-17:00	12・19・26 (土) 12日15:30-17:00 (富久小)	後期終了	後期終了	2・9・16 (土) 後期終了	23 (土) 後期終了	16:00-21:00 交流練習			
	高校生以上	20:00-21:00	18:30-21:00	後期終了	後期終了	18:30-21:00	後期終了				
		新宿中 (18:30-練習の場合は500円/回)				新宿中 (18:30-練習の場合は500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: 500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: 500円/回					
	教室 終了生	9・16・23・30(水)	19 (土) 小	13・27 (日) Jr	13:00-15:00	9:00-12:00 18:00-21:00	2・9・16 (土) 小	6・3・20・27(水)	11Jr (祝月) 9:00-12:00 18:00-21:00	24 (日) 18:00-21:00	
		富久小				富久小					
<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 ■2018年度小学生の新規会員受付は 定員に付締切ました!!	小人 大人	5・12 (土) なし	6・13 (日) 10:00-12:00	2・9 (土) なし	10 (日) 10:00-12:00	18:00-21:00	12:00-17:00	18:00-21:00	12:00-17:00		
		戸山高校		芸術高校		戸山高校		芸術高校			
<b>フットサル</b> 大人: 500円 小中高: 100円	だれでも	13・27 (日) 9:30-11:30	19 (土) 14:00-16:00	2・16 (土) 14:00-16:00	10 (日) 9:30-11:30	富久小					
		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 ※薬王寺地 域ささえあ い館のみ 60歳以上 新宿区民	12・26 (土) 9:45-12:00	22 (火) 13:30~ 15:30	27 (日) 10:00-12:00	9・23 (土) 9:45-12:00	24 (日) 10:00-12:00	富久小				
		戸山公園		薬王寺地域 ささえあい館	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	8・22 (火) 9:30-12:00	12 (土)・20(日) 9:00-12:00	5・12・26 (火) 9:30-12:00	9 (土)・17(日) 9:00-12:00	富久小					
		ここから広場		富久小	ここから広場		富久小		富久小		
<b>合気道</b> 800円/月 途中参加は可能です。	だれでも	10・17・24・31 (木) 子供: 18:30-19:30, 大人18:30-20:30				7・14・21・28 (木) 子供: 18:30-19:30, 大人18:30-20:30					
		新宿中				新宿中					
<b>ポッチャ</b> 無料	だれでも ※薬王寺地 域ささえあ い館のみ 60歳以上 新宿区民	学校都合により中止				2・16 (土) 13:00-16:00					
						新宿中					
<b>たのしい将棋</b> 1回: 200円	小学生 中学生	12・26 (土) 13:00-15:00				9・23 (土) 13:00-15:00					
		新宿中				新宿中					

※各専門部活動は一部をのぞき、“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 1000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