



2019年6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、新宿区内唯一の総合型地域スポーツ文化クラブです。

## 《2019年度 定期総会のご報告》

新宿チャレスポ 2019 年度の定期総会が、5 月 27 日月曜日 18 : 30 より若松地域センター第一会議室にて開催されました。2018 年度の事業、会計、監査報告、2019 年度の事業計画案および予算案、役員新任の承認などの全議案を承認いただきました。その後、参加いただいた方の紹介と一言、最後に来賓の方々より暖かいお言葉をいただき閉会となりました。

参加していただいた来賓ならび会員の皆様、お忙しいところ大変ありがとうございました。



懇親会にも25名の参加をいただき貴重なご意見を多数いただきました。心より御礼申し上げます。



タグラグビー：GW 活動報告



レクダンス：5/11・25



ノルディックウォーキング  
4/27・28.5/11



みんなでダンス：4/27.5/11.18 活動報告



新宿あ・み・ま倶楽部  
5/17 (金)  
江戸城

### ■ 6月号の内容

- ・5/27 (月) 2019 年度総会報告
- ・みんなでダンス：4/27, 5/11・18 報告
- ・ノルディックウォーキング：4/27・5/11 (土) @戸山公園、  
：4/28 (日) 体力測定@宮久さくら公園
- ・タグラグビー：GW 活動報告 ・レクダンス：5月報告
- ・新宿あ・み・ま倶楽部：5/17 (金) 江戸城
- ・たのしい将棋大会：7/13 (土)

# 新宿チャレスポ活動FLASH!!

## 【みんなでダンス】4/27(土) 東戸山小報告

今日は少々寒かったのですが、東戸山小学校に皆元気に集まりました。5月18日セッション杉並での発表会に向け自分の出演するダンスを一生懸命練習しましたよ。今回はなんと7曲と決定しました!!が、覚えるのがとっても大変です!難しい振り付けは先生としっかり特訓です。パプリカ、しんちゃんの笑笑、キム・ポッシブル、U・S・A



## ■5/11(土)活動報告

皆様こんにちは。今日はとても暑かったので元気いっぱいテンション高く頑張りましたよ!曲に合わせるだけでなく皆と息を合わせることも大事なので、まわりの雰囲気を感じながら楽しく笑顔でダンスすることが大切ですね。  
・This is me ・アナ雪・パプリカ・キム・ポッシブル・笑笑(しんちゃん)・ダンシングクイーン・USA・檸檬  
お気軽に見学にいらしてください!  
ダンス初心者大歓迎です。



## ■5/18(土)活動報告

今日は東戸山小にてレッスンです!広いお教室を貸して頂けているので大人数でものびのびダンスしてます!皆でよくストレッチをしてから、お気に入りの曲を順番に流しながら軽めにダンス開始です♪午後に行われたイベントに飛び入り参加して来ました!!



## 【ノルディックウォーキング】

### ■4/27(土): 戸山公園体験会

10連休の初日、戸山公園体験会が開かれました。今回は下落合方面から夫婦がご参加いただきました。

戸山公園箱根山地区は藤棚が満開なので記念撮影を。この時期はツツジなど



公園内もお花がたくさん咲いて愛でるのも楽しい季節です。来月はバラが咲き始めるでしょう。

### ■4/28(日) さくら公園体験会

10連休2日目、さくら公園体験会が開催されました。2月から計測している体力測定、今回は片足立ちと2ステップテストを計測。

股関節の柔軟性が少なくなると顕著に数値に現れるので、自分を知ることが大切です。



今回は多武峯内藤神社を見に行きました。ちょうどモッコウバラが満開で、境内は八重桜の絨毯が広がって幻想的でした。

### ■5/11@戸山公園

新緑が美しい中で戸山公園体験会が開催されました。何度か参加いただいている会員さんでも毎回基本を確認するためのレクチャーを行なっています。

実践ウォーキングは、大久保地区から線路を越えて北新宿方面へ。

全面がジャスミンに覆われた個人のお家がありこの時期はとても良い香りがするので毎回訪れています。



## 【タグラグ】GW 活動報告

GW5 回開催 110 人！5/11・12、4 連続開催ご参加ありがとうございました！

GW4/27-5/6 の 10 連休がなんだか遠い記憶になってしまった今日この頃ですが、先週末の暑い開催含めて報告です。



まずは GW ですが、4/27 余丁町小、28 富久小、5/3 余丁町小、5/4 富久小、5/6 余丁町小でした。

子供 65 人、大人 45 人、合計 110 人ですから平均 20 人以上の参加という大変ありがたいご参加をいただきました。改めまして御礼申し上げます。



ちなみに 5/4 富久には、0 さん父子、5/6 余丁には I さんが 3 年ぶりに参加、いや懐かしいやらうれしいやらでした。

成長した子供を見るのも楽しいですね。本当にまた来てね。



## 【新宿あ・み。ま倶楽部】

5/17 (金) 牛込御門から江戸城へ登城～九段坂と北の丸公園～報告

今日は小人数で小山氏を含め 12 名で歩きました。東京大神宮、北の丸公園など普段行きそうでいかないところもしくはは行っているが立ち寄ったことがないところを歩きました。東京大神宮は若者にも大人気でいつも大行列です。入った途端「わあ～」と感嘆の声を上げるほどびっくりしました。また北の丸公園はいつも堀近くばかり見ていましたが上から見るとまたまた素晴らしい！滝があったり・・・と。

この時期滝の音や、水辺の涼しさはお金のかからない避暑にもってこいですね。



## 【レクダンス】5 月活動報告

於：新宿中学校武道場

★5 月 11 日 (土) 13:15～15:00

連休明けの武道場はすっかり暖かく？暑く？なりましたが、楽しくレッスンをしました。

『みんなでストレッチ』『新宿いきいき体操』

『弥太郎鴉』／中村美律子

『人生の扉』／竹内まりやで締め括りました。



★5 月 25 日 (土) 13:15～15:00

新入会者を含む 8 名の参加者と楽しく身体を動かしました。『みんなでストレッチ』『新宿いきいき体操』『あなたとトゥラッタッタ♪』『紺屋高尾』『昭和がふたり』『わすれもの』



## 【たのしい将棋】7/13 (土) 将棋大会

13:00-16:

30 新宿中学

ミーティン

グルームで

“楽しい将

棋大会”が

開催されま

す。

詳しくは HP

を参照下さ

い。



新宿チャレスポ

楽しい

将棋大会

7 月 13 日(土)

13:00-16:30

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 13:00 から行います

参加費:300 円※新宿チャレスポ会員は 200 円

表彰・景品:小学生の部/中学生の部第 1 位～3 位

※参加賞あり

試合形式:参加者数によりスタッフが決定します

主催:新宿チャレンジスポーツ文化クラブ

お申込み・連絡先(チャレスポ事務局):

メールアドレス\_info@challespo.net

# ☆6月・7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	6月				7月					
		1・15 (土)	3・10・17 (月)	13・27 (木)	16 (日)	1・8・15・22・29 (月)	6・13・20 (土)	7 (日)	11・25 (木)		
<b>パドルテニス</b> 大学生以上200円、 小中高まで100円(ラケット使用料) ※会場はすべて体育館です	だれでも	9:00-12:00 天神小	18:00(準備含む)-21:00 東戸山小(対象:大人ののみ)	18:00-21:00 富久小	9:00-12:00	18:00(準備含む)-21:00	9:00-12:00 天神小	9:00-12:00 富久小	18:00-21:00		
<b>タグラグビー</b> 自由参加・無料 雨天中止 6/9(日)9:30-11:30 戸山小 6/24(日)10:00-12:00 落合第四小	だれでも	1・22・29 (土)	9・23 (日)	8 (土)	8 (土)	15 (土)	6 (土)	14・28 (日)	13 (土)	14 (日)	27 (土)
<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	11(火): 集合9時25分成子天神鳥居前 9時30分~12時30分				19(金): 集合9時25分集合場所未定 9時30分~12時30分					
<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	1・15 (土)	8 (土)	22 (土)	29 (土)	6 (土)	13 (土)	20 (土)	9:00-12:00	9:00-12:00	9:00-12:00
<b>レクダンス</b> 半期分前払:3000円 会員:300円/回 非会員:500円/回	30歳以上	1・22(土) 13:15-15:00 新宿中				6・20(土) 13:15-15:00 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	1・8・22・29(土) 9:00-12:00 富久小				6・13・20・27(土) 9:00-12:00 富久小					
<b>バドミントン教室</b> 前期分前払 小学生6,000円 中・高校生8,000円 一般12,000円 ※新規開設小学生特設クラスは通常教室とは時間会場とも異なる場合がありますので、注意してご参加ください。	小学生特設クラス 小学生 中学生 高校生 一般	1・22(土)	8・29(土)	15(土)	6・20(土)	27(土)	13(土)	13(土)	13:30-15:00	13:30-15:00	13:30-15:00
<b>バドミントン交流練習</b> 2,000円(10回分前払)	高校生以上	20:00-21:00 18:30-21:00 新宿中(18:30-練習の場合は600円/回)				20:00-21:00 18:30-21:00 新宿中(18:30-練習の場合は600円/回)					
<b>バドミントンフォローアップ講座</b> 前期17,000円 毎週水曜日 ジュニア(Jr)練習:600円/回	教室終了生	5・12・19・26(水)	9・23(日)	30(日)	3・10・17・24・31(水)	14(日)	9:00-12:00	9:00-12:00	18:45-21:00	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	小人 大人	1・15(土)	2・16(日)	6・20(土)	14(日)	なし	10:00-12:00	なし	10:00-12:00	18:00-21:00	12:00-17:00
<b>フットサル</b> 大人:500円 小中高:100円	だれでも	1(土)	9・23(日)	6・20(土)	14・28(日)	14:00-16:00	9:30-11:30	14:00-16:00	9:30-11:30		
<b>ノルディックウォーキング</b> 参加費 300円 (レジャー用使用料含む) ※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	8・22(土)	23(日)	13・27(土)	23(火)	28(日)	9:45-12:00	10:00-12:00	7:30-9:30	13:00-15:00	10:00-12:00
<b>グラウンドゴルフ</b> 回数券10回分:1,000円	だれでも	4・11・25(火)	8(土)・16(日)	2・9・23(火)	13(土)	9:30-12:00	9:00-12:00	9:30-12:00	9:00-12:00		
<b>合気道</b> 800円/月 途中参加は可能です。	だれでも	6・13・20・27(木) 子供:18:30-19:30、大人18:30-20:30 新宿中				4・11・18・25(木) 子供:18:30-19:30、大人18:30-20:30 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	2・16(日)	11(火)	7(日)	13:00-16:00	13:00-15:00	13:00-16:00	東戸山小	東戸山小		
<b>たのしい将棋</b> 1回:200円	小学生 中学生	8・22(土) 13:00-15:00 新宿中				13・27(土) 13:00-15:00 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