



2025年12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。



登録団体発表会



ゲームバレー



タグラグビー



レクダンス
東京都連レクダンスフェスティバル



みんなでダンス
若松ふれあい祭り



新宿あ・み・まクラブ

レクダンス:全国レクリエーション大会 in あいち



12月号の内容

- みんなでダンス
- 新宿あ・み・まクラブ
- ゲームバレー
- タグラグビー
- レクダンス

新宿チャレスポ活動FLASH!!

【タグラグビー】

■2025 年 11 月活動報告

タグラグビー2025 年 11 月は今週末を入れて 3 回の開催。大会シーズンでしたが参加することかならず、相変わらず厳しい状況ですね。それでも 11/22 土曜日は、子供 6 大人 5 合計 11 名。何とか試合形式が保てたというところでしょうか。



【新宿あ・み・まクラブ】

■11 月 19 日開催報告：大久保～富久町 テーマ：NHK朝ドラ

「ばけばけ」にちなんで①
小泉八雲終焉の地「大久保」から東京最初の居住地「市谷富久町」へ ～近代文学夜明けを訪ねる～

暖かい陽射しの中、11 名で歩きました。
小泉八雲記念公園へ
鬼王神社の水琴窟は、いつ聞いても美しいです。



東新宿駅は『いつも来ているのに、上から覗いた事無かったー！』

少し紅葉していて、とてもステキです。
自証院。柿がたわわになっています。
この自証院は富久小の真向いにあり、小泉八雲の葬儀が執り行なわれた院だそうです。
いつも通っていたり利用している場所のすぐそばに、「ばけばけ」ゆかりの地がこんなにたくさんあったなんて！明日も楽しみにヘブン先生を見ます！

♪スキップ、スキップ♪



【みんなでダンス】

■若松ふれあいまつり 参加報告

10 月 26 日に若松地域センターで行われた『若松ふれあいまつり』に出演しました。

「ラブセンチュリー」（モーニング娘。）
幼馴染みと一緒に小学生の時から踊っている、大切な曲です。司会も自分達でやりました。
緊張しましたが頑張りました!!

「バラライカ」（モーニング娘。）アップテンポのエキゾチックな曲で、会場が大いに盛り上がりました！

「れもん」（遊助）
頑張りは必ず実がなる、笑顔で頑張ろう！という、ひろこ先生が大好きな曲です。みんなで手を繋いだり、電車ごっこをしたり、仲良く楽しく踊りました



「APT」（ロゼ&ブルーノ・マーズ）
アーパツアパツ、アーパツアパツ・・・
みんなノリノリです♪

「シーズン イン ザ サン」（TUBE）
約 10 年ぶりに、ひろこ先生と再演しました！
ちょっと難しいけど頑張りました。
最後は出演者全員で「フォルテッシモ」（HOUND DOG）チャリティーフェスでも発表したの、みんな自信满满でパワフルに踊りました！
カーテンコールもバッチリ決まり、たくさんの拍

手をいただきました!!

雨のなか、見に来ていただきました皆さま、たくさんの拍手での応援本当にありがとうございました。ダンサーたちは、みんな緊張していましたが、とても楽しく踊ることができました。

これからもダンスを見てくれた方々が元気になるよう、頑張って練習していきます!!

そして、舞台裏で私たちを支えてくださった若松地域センターのスタッフの皆様、さまざまなフォローをしてくださりありがとうございました。これからもどうぞ宜しくお願い致します。



【ゲームバレー】

■2025年11月活動報告

ゲームバレー2025年は11月は今週末を含めて4回となりますが、3回までの合計で子供20、大人16、合計36人、平均12人はまあ何とか3チーム平均、がんばっています!



【レクダンス】

★13:15~15:00 新宿中学校武道場

■11月8日(土)

レクダンスフェスティバルに向けた最終レッスンということで、16名の参加がありました。

『みんなでストレッチ』『新宿いきいき体操』名古屋で踊ってきた『遠くへ行きたい』/森山直太郎久しぶりに『365日の紙飛行機』/AKB48を4Wallで楽しみました。名古屋の新曲『セクシーユー~モンローウォーク』/郷ひろみに挑戦☆『カルメン』最近のCM曲。『琵琶湖周航の歌』/加藤登紀子 最後は『芭蕉布』/加藤登紀子 久しぶりの2曲を素敵に踊れました♪



■11月22日(土)

地域のイベント支援などで忙しく、10名と参加者は少な目でした。皆さん優雅に踊ることができました



■第79回 全国レクリエーション大会

in あいち

11月2日(日) 10:00~15:15 名古屋市緑スポーツセンター、メンバー5名で全国レクリエーション大会に参加。全国から集まった300人ものダンサー達と楽しく踊りました。お昼のデモンストラレーションタイムでは、長野・群馬との合同チームで『カルメン』を披露しました。



■第31回 東京都連レクダンス

フェスティバル

11月20日(木) 12:30~15:30 港区スポーツセンター、チャレスポメンバー10名で都連レクダンスフェスティバルに参加しました。都内5団体の合同チーム総勢52名で『カルメン』の演舞を披露しました。中村さんが代表でチャレスポのTシャツを着ました☆フェスティバルでは12のデモンストラレーションの他、新作5曲の伝達講習、ほか2曲の交流ダンスがありました。

たくさんの仲間と顔見知りになって、いきいきと若返った1日でした。



☆12・1月事業予定☆

※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	対象	12月						1月					
参加費／回（会員）													
パドルテニス 大人 200円 高校生まで 100円 ラケットレンタル 100円	だれでも	6・20 (土) 9:00-12:00	13・27 (土) 13:00-17:00	8・15・22 (月) 18:20-20:50	21 (日) 9:00-12:00	25 (木) 18:00-20:30	4・18 (日) 9:00-12:00	8・22 (木) 18:00-20:30	5・12・19 ・26 (月) 18:20-20:50	10 (土) 13:00-17:00	17・31 (土) 9:00-12:00		
		天神小		東戸山小 対象：大人ののみ	富久小 対象：小学生5年生以上		富久小 対象：小学生5年生以上		東戸山小 対象：大人ののみ	天神小			
タグラグビー 自由参加・無料 集合：開始15分前 事前申込制 雨天HP連絡	だれでも ※全体終了後 高学年試合 タイムあり	6 (土) 9:30-11:00	13 (土) 9:30-11:00	27 (土) 9:30-11:00		10 (土) 9:30-11:00		10 (土) 13:00-15:00	11・25 (日) 13:30-15:00	17・31 (土) 9:30-11:00	24 (土) 13:30-15:00		
		富久小		天神小	余丁町小 クリスマスカップ		天神小	ここから広場	富久小		余丁町小		
ヘルシーエクササイズ 参加費 500円/回	だれでも (小学生から 年配者まで)	13・27 (土) 13:00-14:30 東戸山小						10 (土) 13:00-14:30 東戸山小		24 (土) 13:00-14:30 若松地域センター			
みんなでダンス 参加費 中学生以上300円/回 小学生以下・障害者手帳をお持ちの方200円 ※体験・幼児無料	だれでも	13・27 (土) 14:30-16:30 東戸山小						10 (土) 14:30-16:30 東戸山小		24 (土) 14:30-16:30 若松地域センター			
新宿あ・み・ま倶楽部 会員500円、非会員1000円※小雨決行 ※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です	だれでも	17 (水) 集合：東西線「早稲田駅」出口2 集合時間9:25 9:30-13:00 NHK朝ドラ「はげばけ」にちなんで② 「鬼子母神社」と「雑司ヶ谷霊園」そして「護国寺」を訪ねる						7 (水) 集合：JR田端駅北口 集合時間9:25 9:30-14:00 東京で最初の「七福神巡り」「やなか七福神」を巡る					
レクダンス 半期前払:3000円 (前後期制) ピジター参加500円/回	大人	6・20 (土) 13:15-15:00 新宿中※上履き・飲み物持参						10・24 (土) 13:15-15:00 新宿中※上履き・飲み物持参					
ゲームバレー 無料開催 事前申込制	だれでも	13 (土) 9:15-11:45	20 (土) 13:15-15:45	21 (日) 13:15-15:45		27 (土) 9:15-11:45	4 (日) 13:15-15:45	10 (土) 9:15-11:45	17・24・31 (土) 9:15-11:45				
		天神小		牛込仲之小		富久小	牛込仲之小		天神小	富久小			
バドミントン教室 12,000円/半期(10月～3月) ※今年度教室生募集済み。	大人	13・27 (土) 18:45-20:40 新宿中						10・24 (土) 18:45-20:40 新宿中					
バドミントンフォローアップ教室 12,000円/半期(10月～3月) ※今年度教室生募集済み。	教室修了生 対象	学校都合にて休止						7・21 (水) 18:30-20:30 富久小					
バドミントンJr練習 13,000円/1期(12月～3月) ※今年度会員募集済み。	中学生 高校生 (学校/バド部 所属者対象)	6・20 (土) 18:45-20:45	14 (日) 18:45-20:45 新宿中				11 (日)・17 (土)・25 (日)・31 (土) 18:45-20:45 新宿中						
テニス 大人：500円 小学4年生～高校生：100円 ※中高生大人の部参加の時200円 ■2025年度大人の新規会員受付は 定員に付締切ました！！	小人 大人	6・20 (土) なし 18:00-21:00	13・27 (土) 10:00-12:00 12:00-17:00			10・17 (土) なし 18:00-21:00		12 (祝月)・18 (日) 10:00-12:00 12:00-17:00					
		戸山高校		芸術高校			戸山高校		芸術高校				
フットサル 大人：500円 小中高：100円	だれでも	6・27 (土) 14:00-16:00		14 (日) 9:30-11:30		11・18・25 (日) 9:30-11:30			17・24・31 (土) 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 えあい館のみ 60歳以上 新宿区民	5・23 (火) 13:00-15:00	6・20 (土) 10:00-12:00	28 (日) 10:00-12:00		6・27 (火) 13:00-15:00			17 (土) 10:00-12:00	25 (日) 10:00-12:00			
		薬王寺地域ささえあい館		戸山公園	富久さくら公園		薬王寺地域ささえあい館			戸山公園	富久さくら公園		
グラウンド・ゴルフ 参加費 100円/1回	だれでも	9・23 (火) 9:30-11:30 ここから広場						13・27 (火) 9:30-11:30 ここから広場					
競技合気道 1000円/月	小学生 以上	4・11・18・25 (木) 子供：18:45-19:45、大人18:45-20:45 新宿中						8・15・22・29 (木) 子供：18:45-19:45、大人18:45-20:45 新宿中					
ポッチャ 参加費 100円/1回		7・21 (日) 13:00-16:00			9 (火) 13:00-15:00			4・18 (日) 13:00-16:00			13 (火) 13:00-15:00		
		東戸山小			薬王寺地域ささえあい館			東戸山小			薬王寺地域ささえあい館		
モルック 参加費 100円/1回 ※ここから広場無料	だれでも (小学生から 年配者まで)	27 (土) 13:00-16:00 東戸山小						10 (土) 13:00-15:00		25 (日) 13:00-16:00 東戸山小			
たのしい将棋 参加費:無料 ※保護者の方の同伴見学歓迎です	小学生 中学生 大人付添 見学可	13・27 (土) 13:10-14:40 新宿中						10・24 (土) 13:10-14:40 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