



2022年4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。

祝ご入学・ご進級

2022年4月 新宿チャレンジ
スポーツ文化クラブ
会長：御所窪和子

がんばろう新宿、東京、そして人類！

コロナ禍からの復活へ！！

「パンデミック」目に見えないものと戦うのは大変です。
日常がどれほどありがたかったか思い知らされました。
ここを乗り越えるには「みんなで」それぞれができることをし
て日常が取り戻せたときに自由に飛び立てるよう準備をしま
しょう。
コロナの終息が近いことを願います。



2021年度：レクダンス
+ポッチャ体験企画より

合気道 ノルディックウォーキング みんなでダンス 新宿赤・赤・ま倶楽部 フットサル チャレスポ広場 タグラグビー

新宿中学校 戸山公園 東久保小学校 新宿区内庁 東久保小学校 天神小学校
レクダンス 東久保公園 野村地域センター ポッチャ 天久保小学校
新宿中学校 東久保小学校 東久保小学校 第三学 さいさいあひろ 天久保小学校
バドミントン教室 グラウンドゴルフ サッカー 2021年卒業生
新宿中学校 東久保小学校 戸山公園 野村地域センター 東久保小学校 東久保小学校
たのしい習い 新宿中学校 戸山公園 チャレスポ広場
テニス 戸山公園 野村地域センター 東久保小学校 東久保小学校

スポーツしよう！
近所で！みんなで！

新宿チャレスポ のご案内

■新宿チャレスポとは

新宿チャレスポは、新宿区若松・大久保地域の小中学校を活動拠点としてはじまり、既に10年以上を経過しています。子供から高齢者まで400人超の会員で構成されて、活動回数とエリアは年々拡大しています。毎週土日+平日夜のスポーツ活動を提供し続けていて、参加費無料で楽しめるクラブもあり、どこよりもリーズナブルで充実した活動であることは実績が物語っています。特に地域の小中学生に関しては、会場・開催時間も参加しやすい工夫がされていますのでぜひ一度お試しください。

勿論どの専門部でもお試しは無料です。活動内容の詳細はHPの登録用紙2ページ目にある入会案内でご確認をお願いします。

■年会費：大人1,000円、子供500円、まずは会場へ！！

会費は年度で毎年更新していますので、今年度は4月から2023年3月31日までが年会費の期間です。大人1000円、高校生以下500円となっており、入会の仕方は本号の4面にある専門部の開催日、開催会場に直接お越しください。初回お試しは全クラブ無料ですのでまずやってみて！ただし新宿中のバドミントン教室のみは定員制なので別途年度初めの事前申し込みと手続きが必要になりますので直接の参加ができませんのでご注意ください。

■4月号の内容

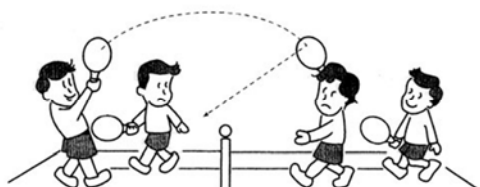
- ・新宿チャレスポのご案内
 - ・各クラブよりの紹介
- ※2022年度入会案内・申込書はHPにて確認ください

新宿チャレスポ活動FLASH!!

■新宿チャレスポの各専門部から2022年度の入会案内と、続くコロナ禍へ向けてのメッセージを送ります!!

【パドルテニス】

パドルテニスとは硬式テニスの片面くらいのコート(バドミントンのコートより少し大きいくらい)で、腰の高さのネットをはさんでダブルスで行う競技です。ラケットは板で出来ていて、卓球のラケットより少し大きい板のようなラケットを使います。体の負担も少なく楽しくできる、室内で行うテニスです。親子で一緒にできるスポーツです。参加費等の詳細はHPを参照ください。



【新宿あ・み・ま倶楽部】



「あるく」「みる」「まなぶ」のまちあるきです。ガイドの小山さんの説明と配布される素晴らしい資料でいつもの「まち」が違って見えます。集合場所にきていただき、それぞれの体力に応じた距離の参加が可能です。一緒に歩きませんか?

【みんなでダンス】

参加者みんなで曲を選び踊ります。パブリカ・ガッツ・USA等だれでも踊れるダンスばかり!



親子ダンサー大歓迎!! <お知らせ>
2022年度につきましては、みんなでダンスは活動体制が整うまで、当面活動を中止します。再開時にはHPよりご連絡させていただきます。

【レクダンス】

ふだん運動をしない方にも気軽に参加できるレクリエーションのダンスです。



心地よいストレッチから体操へ、J-POPから演歌まで馴染みの曲を聴きながら、指導者の簡単な説明で誰もがすぐに踊りを楽しめます。

【タグラグビー】

3/13日6年生城南カップシールド優勝!

2022年3月13日曜日、6年生最後の大会城南カップが大田スタジアムで開催されました。チーム練習もほぼなく、低学年は4名欠場、高学年も1名欠場という何ともコロナ禍厳しい状況となりました。低学年は定員不足で予選のみの参加。午後の高学年も予選は全敗でシールドクラスの決勝トーナメント。しかし、ここから快進撃で優勝しました。Kコーチから予選後“このままで本当にいいの?”というなげかけに見事にこたえた子供たち。やっぱりタグラグビーっていいなと実感した1日でした。



<タグラグビー募集案内>

2019年RWCで大ブレイクしたもののコロナ禍厳しい2年でした…。タグラグビーはタックルのない、ラグビーよりは接触の少ない安全なスポーツです。大人から未就学児まで多数参加。新型コロナ感染の危険の少ない屋外スポーツでウィルスに負けない体力づくりをぜひ一緒に!



【ゲームバレー】

歴史ある親子バレーからソフトバレーボールとビーチボールバレーに変換して、試合形式ゲーム中心。



両方とも新宿区への大会参加を目指しますが、小さい子や親子でも楽しめる活動としてコート・時間を分けて開催します。参加費は無料。

【バドミントン】

3月開催された全英オープンでの日本人選手の活躍は素晴らしかったですね。

今年度は、Jr.練習(バド部所属中・高生対象)と一般向けの交流練習を開催日を



分けて行います。感染症拡大防止対策しながら、ゲーム練習を中心に楽しくバドしています。

【テニス】

メンバーは小学1年生から70代まで老若男女が健康で、楽しく、上達を目指して練習しています。

基本的なことから、ゲーム展開まで指導者が丁寧に教えます。



時間帯で小中高と大人とで分けて開催します。

【フットサル】

フットサルは、経験者・未経験者を問わず、フットサルをやりたい方が一人でも参加でき、集まったメンバー

でフットサルの試合を開催しています。子供も大人も、男性も女性も、みんなでフットサルを楽しみましょう！



【ノルディックウォーキング】

普通のウォーキングに、スキーのストックに似

た2本のポールをプラスすることで、身体が安定しエネルギー消費量が上がります。しかも歩くのが楽に感じ一石二です。ぜひ体験しに来てください！



【グラウンドゴルフ】

***頑張ろう！健康スポーツ！**

グラウンド・ゴルフ！！

会員の皆様が安全・安心を第一に楽しくプレー出来る日に向かい、感染防止に協力します。



【競技合気道】

「合気道で心と体をきたえよう！

大会に出場して、試合で優勝をめざしましょう！！」



【ボッチャ】

パラリンピックで大人気！！健常者もはいったレクリエーション競技を行います。誰でも参加可能、参加費無料、看護が必要な方は、看護なさる方の付き添いが必要となります。



【たのしい将棋】

多世代間交流と頭脳の活性化の場！そして、何よりも集中力養成の場！



2022年度につきましては、楽しい将棋は6月よりの開催予定となっております。

☆4月・5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 <small>参加費/回(会員)</small>	対象	4月				5月					
		9・23 (土)	14・28 (木)	17(日)	11・18 ・25(月)	16・30 (土)	1・15 (日)	12(木)	2・9・16 ・23・30(月)	7・21 (土)	14・28 (土)
バドミントン 大学生以上200円、 小中高まで100円(ラケット使用料)	だれでも	9:00-12:00	18:00-21:00	9:00-12:00	18:00-21:00	9:00-12:00	9:00-12:00	18:00-21:00	9:00-12:00	9:00-12:00	
		牛込仲之小	富久小	東戸山小 <small>(対象:大人のみのみ)</small>	天神小	富久小	東戸山小 <small>(対象:大人のみのみ)</small>	天神小	牛込仲之小		
タグラグビー 自由参加・無料 雨天中止 事前申込制 集合:開始15分前 5/14(土)13:00-15:00ここから広場	主に小学生 <small>※全休終了後 小3以上試合 タイムあり</small>	3(日)	9(土)	10・24 (日)	16・30 (土)	23(土)	7(土)	8(日)	8(日)	14(土)	28(土)
		9:30-11:30	9:30-11:00	13:30-15:00	9:30-11:00	9:30-11:00	9:30-11:00	13:30-15:00	9:30-11:30	9:30-11:00	9:30-11:00
		大久保小	天神小	富久小	余丁町小	富久小	大久保小	天神小	余丁町小		
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	27(水) 集合:JR駒込駅ホーム 集合:午前9時25分 午前9時30分~午後1時				17(火) 集合:J日比谷線三ノ輪駅1番出口 集合:午後1時~午後4時					
		つつしの駒込・「六義園」から八百屋お七の「白山」へ				投げ込み寺「浄閑寺」から日本道を「新吉原」へ行く					
レクダンス 半期前払:3000円 (前後期制) ピジター参加:500円/回	30歳以上	9・30(土) 13:15-15:00 出世稲荷神社:社務所※上履き・飲み物持参				7・14(土) 13:15-15:00 出世稲荷神社:社務所※上履き・飲み物持参					
ゲームバレー 無料 事前申込制	主に小学生	9(土)	16・23・30(土)			7(土)					
		9:30-11:00	9:15-11:45			9:15-11:45					
		天神小	富久小			富久小					
バドミントン交流練習 500円/回 ※感染症対策のため、事前登録者のみ参加可。	大人	9・23(土) 18:45-20:30 新宿中				14・28(土) 18:45-20:30 新宿中					
バドミントンJr.練習 500円/回 ※感染症対策のため、事前登録者のみ参加可。	中学生 高校生	10・24(日)	16・30			8(日)		7・21(土)			
		9:30-11:30	18:45-20:30			9:30-11:30		18:45-20:30			
		富久小	新宿中			富久小		新宿中			
テニス 大人:500円 小学生~高校生:100円 ※中高生大人の部参加の時200円	小人 大人	16・23(土)	10・17(日)			7・21(土)		8・22(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			
		戸山高校	芸術高校			戸山高校		芸術高校			
フットサル ※令和4年度は参加費無料	だれでも	10・24(日)	16(土)			7(土)		8(日)			
		9:30-11:30	14:00-16:00			14:00-16:00		9:30-11:30			
		富久小			富久小						
ノルディックウォーキング 参加費 300円 (レンタルシューズ使用料含む) ※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	5・19(火)	9・23 (土)	24(日)		14・28 (土)	22(日)		24(火)		
		13:00-15:00	10:00-12:00	10:00-12:00		10:00-12:00	10:00-12:00		13:00-15:00		
		薬王寺地域ささえあい館	戸山公園	富久さくら公園		戸山公園	富久さくら公園		薬王寺地域ささえあい館		
グラウンド・ゴルフ ※令和4年度は参加費無料	だれでも	12・26(火)	17(日)			10・24(火)		15(日)			
		9:30-12:00	9:00-12:00			9:30-12:00		9:00-12:00			
		ここから広場	富久小			ここから広場		富久小			
競技合気道 1000円/月 開催回数少ない月は1回300円	小学生以上	7・14・21・28(木) 子供:18:45-19:45、大人18:45-20:30 新宿中				5・12・19・26(木) 子供:18:45-19:45、大人18:45-20:30 新宿中					
ポッチャ ※令和4年度は参加費無料	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(土)	10・24 (日)	12(火)	17(日)	1・15(日)		10(火)			
		13:00-15:00	13:00-16:00	13:00-15:00	13:00-15:00	13:00-15:00		13:00-15:00			
		若松地域センター	牛込仲之小	薬王寺地域 ささえあい館	東戸山小	東戸山小		薬王寺地域ささえあい館			

※記載のないクラブまたは教室活動等に関しましては
開催予定が確定次第 HPにて掲示させていただきます

※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