



2022年5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。



タグラグビー



ゲームバレー



ノルディックウォーキング



新宿あ・み・ま倶楽部



レクダンス

■5月号の内容

<新宿チャレスポ活動 FLASH!!>

- ・タグラグビー
- ・新宿あ・み・ま倶楽部
- ・ゲームバレー
- ・レクダンス
- ・ノルディックウォーキング

※HPにて新規会員登録を申込案内を掲示しております！

新宿チャレスポ活動FLASH!!

【タグラグビー】

4/9 (土) 2022 年度始動!! 天神小報告

2022 年度が始まりました。4月9日土曜日 AM 天神小からスタートでしたが何とこの日はスペ



シャルゲス振付師ラッキー池田さんが参加してくれました! 参加者は子供 22、大人 18、合計 40 人でした。

4/10 (日) 富久小活動報告

昨日に続いていい天気!

あったかいというより暑い一日でしたね。



参加者は子供 14、大人 16、合計 30 人、初めて参加の子供 6 人で楽しく開催しました

4/16 (土) 富久小活動報告

好天に恵まれ、子供 22 人、大人 18 人、合計 40 人の参加。にぎやかな開催でした



4/23 (土) 余丁町小

今期初めての余丁町小も天気にも恵まれ大盛況! 子供 29 人!、大人 19 人、合計 48 人凄い!!



4/24 (日) 富久小

小雨模様ながら、天気の様子見て、子供 14 人、大人 8 人、合計 22 人参加です。



【ノルディックウォーキング】

4/9 (土) : 戸山公園体験会

最高の天気の中、淀橋市場近くへ。枝垂れ桜が見事でした! こちら柏木右衛門桜ゆかりの地で、その桜は散ってしまいましたが大きな桜の木が境内にはたくさんあります。鎧神社は平将門公を祀った神社で有名です。狛犬型庚申塔は新宿区指定有形民俗文化財です。



【ゲームバレー】 ※旧親子バレー/ソフトバレー

4/9 (土) 天神小 2022 年度より新規!!

2022 年度より親子バレー/ソフトバレーからゲームバレーと名称を変えてスタートしました。内容はやや大人向けソフトバレーボール、小さい子でも楽しめるようにビーチボールバレーという少々色分けはありますが、本気で大会も目指します!

もちろん、大会と申しましても大人と子供が楽しみながら参加できるもの、



少人数でもできる殆どゲームしてるバレーです。

4/16・23 (土) 富久小



4/16 参加者はこども 8、大人 8 合計 16 人。4/23 参加者は大人だけ 5 人。タグラグビーと並行開催していて、参加者はタグの保護者と小さい子が多いのが実情です。



【新宿あ・み・ま倶楽部】

3/23 (水) 西新宿でお花見、そして「淀橋浄水場」の名残を訪ねる

昨日の雪に驚きながらも幸いに本日は晴れ。気温9度という少し寒い日ではありましたが、小山ガイドを含め17名で歩きました。

集合場所の新宿小田急カリヨン橋から解散場所のエコギャラリー新宿まで8142歩でした。

【参加者の感想】

①カリヨン橋とい
いながらカリヨン
時計は今はなく、
カリヨン橋から望
む新宿西口広場は、
朝日生命ビルの工
事現場が良く見え、2029年新宿は変わる！を予
感させるまち歩きの出発だった (KY)



②高遠コヒガンサクラ、プリンセスミヤビ、白モクレン、紫モクレンなど花めぐりの楽しい一日だった (HT)

3/30 (水) お花見に文京区を代表する「播磨坂」と「小石川植物園」へ
今日の歩数：12800歩



桜春。満開!!!小山ガイドを含め13名で歩きました。もう何も言うことはありません。「し・あ・わ・せ〜」



4/27 (水) ツツジ (躑躅) の駒込から「日光御成街道」を白山へ。～「ツツジ」と「富士信仰」と「八百屋お七」～

雨予報の中、JR 駒込駅ホームに集合しました。なぜホーム集合？それはホームの両側に見事な躑躅(つつ



じ)が見えるからです。本当に見事でした。予報に反して見事な天気 28℃熱中症に気を付けて...水分補給をしっかりとしながら小山ガイドを含め15名で歩きました。

13000歩 9km

【レクダンス】出世稲荷神社

★3月12日(土) 13:15～15:00

令和3年度最後のレクダンス教室には、ビクター4名を含む11名が参加しました。

運動量は少な目ですが、心地よい音楽に合わせ身体を動かすことで心身ともに元気になりますね。コロナ禍でありましたが、1年間無事に活動を続けることができました。参加者皆さまのご協力に感謝いたします。『みんなでストレッチ』 ふくらはぎを伸ばす動作、体側を伸ばす動作『新宿いきいき体操』 足踏みと腿上げ動作『恋霞』/坂本冬美 花びらヒラヒラ動作で春を舞う...『島のブルース』/三沢あけみ・和田弘とマヒナスターズ『琵琶湖周航の歌』/加藤登紀子『芭蕉布』/加藤登紀子 最後に『高校三年生』/舟木一夫



★4月9日(土) 13:15～15:00

令和4年度の活動がスタートしました。レクダンスには新たに5名が入部し、13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』『Lollipop』『君は天然色』/大滝詠一『また君に恋してる』/坂本冬美『琵琶湖周航の歌』/加藤登紀子 同様に加藤登紀子さん歌唱『芭蕉布』最後は『わすれもの』/彩でクールダウン。



☆5月・6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 参加費/回(会員)	対象	5月					6月				
		1・15 (日)	12(木)	2・9・16・ 23・30(月)	7・21 (土)	14・28 (土)	4・18 (土)	5(日) 9:00-12:00 19(日) 13:00-17:00	9(木)	6・13・20・ 27(月)	11・25 (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	18:00-21:00	9:00-12:00	9:00-12:00	9:00-12:00	18:00-21:00	18:00-21:00	9:00-12:00	
		富久小	東戸山小 (対象:大人のみのみ)	天神小	牛込仲之小	天神小	富久小	東戸山小 (対象:大人のみのみ)	牛込仲之小		
タグラグビー 自由参加・無料 事前申込制 雨天HP連絡 集合:開始15分前 5/14(土)13:00-15:00ここから広場 6/11(土)14:00-16:00ここから広場	主に小学生 ※全体終了後 小3以上試合 タイムあり	7(土)	8(日)	8(日)	14(土)	28(土)	4・18 (土)	12・26 (日)	11(土)	12(日)	25(土)
		9:30-11:00	13:30-15:00	9:30-11:30	9:30-11:00	9:30-11:00	9:30-11:00	13:30-15:00	9:30-11:00	9:30-11:30	9:30-11:00
		富久小	大久保小	天神小	余丁町小		富久小	天神小	大久保小	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	17(火) 集合:日比谷線三ノ輪駅1番出口 午後1時~午後4時 投げ込み寺「浄閑寺」から日本堤を「新吉原」へ行く					10(金) 集合:日比谷線築地駅 午前9時30分~12時半 江戸のなごりを訪ねて「隅田川河畔」 ~築地・かちどき橋・隅田川・佃島・月島~				
レクダンス 半期前払:3000円 (前後期制) ビジター参加:500円/回	30歳以上	7・14(土) 13:15-15:00 出世稲荷神社:社務所※上履き・飲み物持参					11・18(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	7(土) 9:15-11:45 富久小					4・18(土) 11(土) 9:15-11:45 富久小 天神小				
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	14・28(土) 18:45-20:30 新宿中					11・25(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	7・21(土) 18:45-20:30 新宿中		8(日) 9:30-11:30 富久小			4・18(土) 18:45-20:30 新宿中		12・26(日) 9:30-11:30 富久小		
テニス 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	7・21(土) なし 戸山高校		8・22(日) 10:00-12:00 芸術高校			4・25(土) なし 戸山高校		5・19(日) 10:00-12:00 芸術高校		
フットサル ※令和4年度は参加費無料	だれでも	7(土) 1400-1600 富久小		8(日) 9:30-11:30 富久小			4・18(土) 1400-1600 富久小		12・26(日) 9:30-11:30 富久小		
ノルディックウォーキング 参加費 300円 (レンタルボール使用料含む) ※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	14・28 (土) 10:00-12:00 戸山公園	22(日) 10:00-12:00 富久さくら公園	24(火) 13:00-15:00 薬王寺地域ささえあい館	7・28(火) 13:00-15:00 薬王寺地域ささえあい館	11・25 (土) 10:00-12:00 戸山公園	26(日) 10:00-12:00 富久さくら公園				
グラウンド・ゴルフ ※令和4年度は参加費無料	だれでも	10・24(火) 9:30-11:00 ここから広場			15(日) 9:00-12:00 富久小		14・28(火) 9:30-11:00 ここから広場		19(日) 9:00-12:00 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	5・12・19・26(木) 子供:18:45-19:45、大人18:45-20:30 新宿中					2・9・16・23・30(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	1・15(日) 13:00-15:00 東戸山小		10(火) 13:00-15:00 薬王寺地域ささえあい館			5・19(日) 13:00-15:00 東戸山小		14(火) 13:00-15:00 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