



平成29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。

2017年 謹賀新年！！ 本年も新宿チャレスポを何卒よろしく！

あけましておめでとうございます。

新宿チャレンジスポーツ文化クラブは地域のみinnで参加、運営しています。親子バレーボール、タグラグビー、バドミントン教室、パドルテニス、ノルディックウォーキング、レクダンス、みんなでダンス、合気道、テニス、フットサル、サッカー、楽しい将棋、グラウンドゴルフ、あ・み・ま倶楽部の14種目の活動をしています。誰もが気軽に参加できる・・・みんなの居場所。まだ参加したことがないあなた、一度覗いてみませんか。きっと自分に合ったスポーツが見つかりますよ。今年7日より「トップアスリートに学ぶ」と題してバドミントンの池田信太郎さんラグビーでは榎本淳平さんに指導に来ていただきます。また、2月26日には総合型スポーツクラブに移行して10周年記念の「チャレスポフェスタ」を開催します。みんなで楽しみましょう！健康寿命を延ばしましょう！

新宿チャレンジスポーツ文化クラブ 会長 御所窪和子

“トップアスリートに学ぶ スポーツ体験教室”

1/7・14・2/11土：13時-14時30分

バドミントン：池田信太郎

2/4・18・25土：13時-14時30分

ラグビー：榎本淳平

**開催！！
追加募集中**

主催：東京都・公益財団法人東京都スポーツ文化事業団

主管：新宿チャレンジスポーツ文化クラブ

後援：新宿区

平成28年度 東京アスリートサイクル定着促進事業

会場：富久小学校



池田信太郎氏

- ・1980年生まれ福岡県出身、
- ・2006年全日本選手権で初優勝
- ・2007年世界選手権では日本人男子初となる銅メダルを獲得し、2008年全英オープンでベスト4進出を果し、同年8月北京五輪出場。
- ・2009年ミックスダブルスに転向し日本人初のプロ選手となる。
- ・2012年ロンドン五輪出場、同年から男子ダブルスで活躍の場を求め、2014年9月引退



榎本淳平氏

元ラグビー日本代表
元三洋電機ワイルドナイツ（現パナソニックワイルドナイツ）主将

2/26 (日) 今年もやります チャレスポフェスタ！！

2月26日曜日、天神小・新宿中におきまして、9:00-15:00
を目途に、今年もチャレスポフェスタ開催します。

内容詳細につきましては次号又はHPで報告させていただきます
が、全種目参加費無料ですので、チャレスポ参加初めての方でも
ぜひお試しください



12/14 (水) 新宿あ・み・ま倶楽部

“神田川の出口柳橋と両国”～そして赤穂浪士の討ち 入り吉良邸跡を歩く。～

～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～

小雨の降る寒い日でしたが、13名の参加者
でリニューアルした両国駅西口に集合し、3時
間で約10100歩のまち歩きをしました。12
月14日は赤穂浪士が、吉良邸に討ち入りをした
日ということで、朝の両国駅にはたくさんの団
体が集まっていました。国技館の前にある雨水
タンク「さかさかさ」に感心し、関東大震災と
東京大空襲でなくなった163000体のご
遺骨が安置されている東京都慰霊堂にも行き
ました。

また、柳橋は、神田川にかかる橋です。もと
もとは神田川が大川（隅田川）に流れ込むと
ころにあるので「川口出口之橋」という名称で
したが、ほとりに柳が植えられていたことから、
いつしか「柳橋」と呼ばれるようになったとい
うことです。



案内人：小山裕三さん

パパとGO！チャレンジツアー 第6回 12/10 土親子バレー報告

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～



12/10 土曜日 10:30-11:30 富久小体育館で“チャレンジツ
アー”第6回の親子バレーを開催させていただきました。参加
者は子供2名を含む10名程度、中々幅広い年齢層でのソフト
バレー教室となりました。本当に小さい子は1名だけという
参加でしたが、日本バレーボール界のレジェンドA大先生自
ら、小さい子供にはりついて指導をいただき、その間お母様
は別メニューで大人ゲームを楽しみました。その後親子でも
一緒にソフトバレーボールのゲームも行うなど楽しい開催と
なりました。次回1/14 土パドルテニス：天神小です。

新宿チャレスポ活動FLASH!!

【レクダンス】於：新宿中学校武道場

■12月3日活動報告

本日のレクダンス教室は3名の参加者と楽しく踊りました。

『みんなでストレッチ』でじっくり身体を伸ばして、カントリーダンスの『OPEN ARMS』で足慣らし。

ワルツのリズムに合わせ、ステップに自信が無ければ足踏みでも楽しめるダンスです。

さらに、太極柔力球タイムでは足腰だけでなく上半身も温め肩をほぐします。

ボールを落としても拾うのがまた良いトレーニング。12月に入り肌寒くなりましたが、ポカポカと身体が温まる運動です。

後半は『雨のち晴レルヤ』／ゆず をレッスン。

朝ドラでもお馴染みの歌に合わせ、傘を開いて閉じて...の動きがあります。

こちら3拍子のリズムですが、曲の途中に4拍子の間奏が入るので、その頭(脚)の切り替えを間違えないように...笑いながら楽しめました。



■12月17日活動報告

今回の参加者は6名で年内最後のレッスンをしました。スタッフを含め7人のレッスン。1人足りませんが、8人で踊るスクエアダンス『あの町この町』／アメリカ民謡を楽しみました。



【タグラグビー】

12/11(日)クリスマス会開催報告

■今年もできたけど、どこよりも早いメリークリスマスだったかな!?

12月11日曜日、タグラグビーでは今年も“クリスマス会”を開催しました。さすがにちょっと早すぎる感じもしましたが、すみません大人の都合で、ここしかなく。かつ、例年は午前練習、午後からクリスマス会というのが定番でしたが、今年は13:30-15:30までが富久小でタグラグビークリスマスカップ、その後、場所を移してクリスマス会という、開催自体も随分あわただしいものでしたが、大人子供合わせて46人の参加。今年もまたお母様方および一部お父様方の全面的なサポートにより開催できました。本当になんとお礼を申してよい

やらですが、改めましてありがとうございました。さて、クリスマス会ですが、監督挨拶のあとケーキ大会。今年はお母様方の割と自由な仕切り、10分という短時間ではしゃぎながら作る子供たち嬉しそうでした。

■御所窪会長いつもありがとうございます

恒例の御所窪会長プレゼンターの表彰式もやりました。会長毎年沢山のプレゼントを持ってきていただき本当に子供たち大喜びでした。今年さらには保護者向けに金平糖の“ありが糖”をお土産にいただきまして、何とも洒落のきいたサンタさんぶり。こちらこそありがとうございます。オカパー少しドタバタで、申し訳ないですが写真をきちんと残せていません。すみませんでした。

ということで写真のほうはゲーム風景、山彦合唱?たたいてかぶってなどをへて、ゲームの優勝チームからくじ引きプレゼントで終了。合間のクリスマスカップ表彰や、中学生が緊急に実施した“コーチに一言アンケート”発表など本当に盛りだくさんの2時間ちょっと。いや素晴らしい1年の締めくくりというのはさすがに気が早い時期でしたでしょうか…。

最後に改めまして、ご協力いただいた保護者およびスタッフの皆様、御所窪会長、そしてタグラグの子供たち、オカパーが愛すべきこれらすべての人々に楽しかった今年1年の感謝をささげ、来年も良い年になることを祈りつつ、メリークリスマス&ハッピーニューイヤー!!



☆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 <small>参加費/回(会員)</small>	対象	1月				2月			
						※2/26日曜日チャレスポフェスタ			
バドミントン 大学生以上200円、 小中高まで100円、(初回無料) ※会場はすべて体育館です	だれでも	7・14・21(土)	9・16・23・30(月)	12・26(木)	15(日)	4・11・18(土)	5・19(日)	9・23(木)	6・13・20(月)
		9:00-12:00	18:00(準備含む) -21:00	18:00-21:00	9:00-12:00	9:00-12:00	9:00-12:00	18:00-21:00	18:00(準備含む) -21:00
		天神小 1/14(17:00)	東戸山小(対象:大人のみ)	富久小		天神小	富久小		東戸山小(対象:大人のみ)
●タグラグビー 自由参加・無料 雨天中止	だれでも	7・21(土)	15・29(日)	14(土)	28(土)	4・18(土)	4(土)	11(土)	4・18・25(土) 13:00-14:30 アスリートサイクル事業 ※事前申込制(有料)
		9:00-12:00	13:30-16:30	9:00-12:00	13:30-15:00	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	ここから広場	余丁町小
新宿あ・み・ま倶楽部 会員300円、非会員500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	1月6日(金) 午前9時25分太宗寺境内集合				2月24日(金) 午後12時55分大江戸線中井駅改札口集合			
		9:30-12:00				13:00-16:00			
		お正月です。「新宿山ノ手七福神巡り」				「染の小道」イベントと林英美子記念館を見学			
●みんなでダンス 幼児:無料、小・中・高校生:200円 18才以上:300円 それぞれ5回分回数券発行 見学、体験無料	だれでも	7・14(土)		28(土)		4・11(土)		25(土)	
		10:00-12:00		10:00-12:00		10:00-12:00		10:00-12:00	
		東戸山小		若松地域センター		東戸山小		若松地域センター	
レクダンス 半期分前払:3000円 会員:3000円/回	30歳以上	21・28(土)				11・25(土)			
		13:00-15:00				13:00-15:00			
		新宿中				新宿中			
●親子バレーボール ソフトバレーボール 大200円、小中100円	小学生以上	14・21(土)				4・18・25(土)			
		9:00-12:00				9:00-12:00			
		富久小				富久小			
バドミントン教室 前期分前払 小・中学生4,000円 高校生・一般12,000円	小学生 中学生 高校生 一般	7・14(土):13:00-14:30 富久小体育館				11(土):13:00-14:30 富久小体育館			
		アスリートサイクル事業※抽選当選者による				アスリートサイクル事業※抽選当選者による			
		教室終了				教室終了			
		教室終了				教室終了			
バドミントン交流練習 2,000円(10回分前払)	高校生以上	7・14・21・28(土) 18:30-20:45				4・11・18・25(土) 18:30-20:45			
		新宿中(18:30-練習の場合は400円/回)				新宿中(18:30-練習の場合は400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:400円/回	教室 終了生	8(日)※Jr.	11・18・25(水)	21・28(土)※Jr.	22(日)※Jr.	1・8・15・22(水)		12・26(日)※Jr.	
		9:00-18:00	18:45-20:00	12:30-15:00	18:00-21:00	18:45-20:00		18:00-21:00	
		富久小				富久小			
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 ビジター:大人1,000円、 小学生~高校生:200円	小人 大人	7・21(土)		8・15(日)		4・18(土)		19(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	
サッカー 会員:1人300円 非会員:1人1000円 小学生:無料	小学生~大人	7(土)				2月は活動なし			
		18:00-20:30							
		戸山高校							
フットサル 大人:500円 小学生~高校生:100円	だれでも	7・14・28(土)		22(日)		5・19(日)		11(土)	
		14:00-16:00		9:30-11:30		14:00-16:00		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	14・28(土)		15(日)		11・25(土)		19(日)	
		9:45-12:00		9:45-12:00		9:45-12:00		9:45-12:00	
		戸山公園		富久さくら公園		戸山公園		富久さくら公園	
グラウンドゴルフ 回数券10回分:1,000円	だれでも	10・24(火)	14(土)	21(土)		7・14・28(火)		18(土)	19(日)
		9:30-12:00	9:00-12:00	9:00-12:00	9:30-12:00	9:00-12:00	9:00-12:00	9:00-12:00	
		ここから広場	富久小	東戸山	ここから広場	東戸山	富久小		
●合気道 800円/月 途中参加は可能です。	だれでも	5・12・19・26(木) 開場18:00				2・9・16・23(木) 開場18:00			
		子供:18:30-19:30、大人18:30-20:30				子供:18:30-19:30、大人18:30-20:30			
		新宿中				新宿中			
●たのしい将棋 1回:200円	小学生 中学生	14・28(土)				11・25(土)			
		13:00-15:00				13:00-15:00			
		新宿中				新宿中			

※●印の専門部活動は“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1,000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