



2021年7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！

『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。

## 2021年度再始動！

4/25 日曜日よりの緊急事態宣言で休止しておりましたチャレスポ活動ですが、6月20日日曜日に緊急事態宣言再延長が終了したことにより、新宿チャレスポの屋外活動は再開しました。

会員の申し込み受付も4月より開催クラブにて順次受け付けておりますが、いまだ屋内活動の再開が見えません。とりあえず活動したクラブにお試しでもご参加いただけますと嬉しいです。初回はどの種目も無料です。ワクチン接種の進行中ですが、楽観の許されない昨今。皆様の健康に少しでも寄与出来ればと思っております。入会はHPにあります右の用紙に記載して会場へ！！

2021年度  
新宿チャレンジスポーツ文化クラブ

入会申込書 - 登録申請書 用紙

氏名	性別	生年月日	住所
電話番号	メールアドレス	緊急連絡先	緊急連絡先住所
所属クラブ	所属種目	所属年次	所属年次
申込理由	申込理由	申込理由	申込理由

※必ずお読みください  
1. 本会への入会には、必ずこの用紙を提出していただく必要があります。  
2. 本会への入会には、必ずこの用紙を提出していただく必要があります。  
3. 本会への入会には、必ずこの用紙を提出していただく必要があります。



タグラグビー



新宿あ・み・ま倶楽部



ノルディックウォーキング



レクダンス

### 7月号の内容

- ・2021年度申込(用紙)、7月の事業予定 <4-6月までの活動 FLASH!!>
- ・タグラグビー ・新宿あ・み・ま倶楽部
- ・レクダンス ・ノルディックウォーキング

# 新宿チャレスポ活動FLASH!!

## 【タグラグビー】

### 4/3 土：お別れカップ 2019+2020 年度

4月3日土曜日新年度第1回の開催が午後余丁町小で行われました。

ひとつつつ進級した子供たちに元気をもらいながらも、本日は卒業生とのお別れカップでした。2019年度、コロナのため3月以降半年超の活動が停止となったためお別れカップ・お別れ会ができず、引き続きお別れ会はできないのですが、まあ時節柄お別れカップだけでということで4月3日、2期分まとめて行わせていただきました。巻頭の写真が記念撮影、下は表彰風景。



### 4/10 土：天神小天然芝生が美しかった！

子供20、大人15で35人参加



### 4/11 日：富久小 PM

子供16、大人16、  
全員で32人



### 4/17 土：富久小 AM

子供17、大人15、  
合計32人



### 4/24 土：余丁町小 本日はミニ運動会！

子供20、  
大人15、  
合計35人



### 6/26 土余丁町小 27 日富久小：再始動

漸く緊急事態宣言も明け、4/24 以来の開催ができました。26日は高学年メンバー2系統と、低学年大人ミックス。暑さも結構あったので本当に慎重に、無理のないようにと進めました。

大人13、  
子供16、  
合計26人での  
開催でした。



翌日 27 日日曜日は大人11、子供15、合計26人での開催となりました。

## 【ノルディックウォーキング】

### 6/26(土)：活動報告

緊急事態宣言が開けたので活動再開しました。お久しぶりに会う参加者さんが皆お元気で安心しました。

簡単にレクチャーの後、涼を求めて水稲荷神社と甘泉園公園を散策。

次回7月10日～8月いっぱいまで、熱中症対策のため早朝開催となります。

7:30-9:30。お間違えのないようお願いいたします。今はなぜか水稲荷神社の入口前にヤギがいます。



## 【新宿あ・み・ま倶楽部】

### 江戸の「番町」を歩く 4/1(木)開催報告

桜の満開の時期を外し、それでも桜が咲いているときにまち歩きをしました。飯田橋駅西口に集合し、17名で歩きました。飯田橋駅は変わりましたね。見に行ってください。外堀公園から桜とオシドリを見ながら靖国神社へと向かいました。自宅から帰宅まで10000歩12時には終了しました



### 4/22(木)報告 江戸時代からの藤の名所 《亀戸天神社》

4月27日に予定していました「江戸時代からの藤の名所《亀戸天神社》へは藤の花が10日も前に咲き始めたために急遽日程を早め22日に変更しました。気温26℃感染予防対策に加え、熱中症対策も注意し、小山ガイドも含め14名で歩きました。11800歩



### 6/22(火)報告 大久保つつじ誕生の「駒込」、そして西巣鴨に新宿ゆかりのお寺を訪ねる

緊急事態宣言再延長が6月20日で解除のなったのを受けて、感染予防対策を十分に、また熱中症にも気を付けて活動を再開しました。(12700歩・8km)

《参加者の声から》

■半世紀前、田舎から上京して始めて住んだのが駒込です。「懐かしくのまち歩き」ありがとうございました。

■長い塀続きのお屋敷町から一変してマンションビルに...時の流れにこうして時代は変わっていくのですね。お蔭様で久しぶりに楽しい時間でした。ありがとうございました。

■いつもながら小山ガイドの資料のすばらしさに感激です。あっ！もちろんガイドのすばらしさと言うまでもありません

■出発前の準備運動にびっくりしました。渡邊先生のご指導でなんと歩いていても疲れない!!そして完歩した後のクールダウンで体の疲れは全く残りませんでした。すごーい～

■無理しない程度にと考えて参加した86歳です。結局最後まで歩きました。

久しぶりだったので次の日はゆっくり休みました。次回も参加させてください。



## 【レクダンス】

★4月17日(土)13:15~15:00

### 出世稲荷神社

三ヶ月の活動休止を経て、レクダンス部の新年度がはじまりました。初回は9名の参加者。会場は若松地域センターから出世稲荷神社に移りました。これまで通り、『みんなでストレッチ』『新宿いきいき体操』で少しずつ身体を慣らしていきました。久しぶりで身体がビックリしないようにこまめな給水を取りつつ、足慣らしの『Lollipop』

つまづき予防にもなり、足首も軟らかく動かしやすくなりました。久しぶりのレクダンス。初回は何を踊ろうか迷いましたが、思い切って『BRAVE』／嵐に挑戦しました！力強い動きのあとは、スカートを着用し『エーデルワイス』フォーメーションを工夫したりグループでポーズを考えたり、楽しく踊りました。

次はタンゴの名曲『ラ・クンパルシータ』最後は『函館の女』／北島三郎で楽しく締めくくりました。

今年度も新型コロナウイルスの感染予防対策を取りながら活動いたします。

新年度の会員・部員募集中ですので、御誘いあわせの上ご参加ください。

(見学・体験ご希望の方は事前に当ホームページよりお問い合わせください。)



# ☆7月の事業予定☆

事業名 参加費/回(会員)	対象	7月			
<b>パドルテニス</b> 自由参加・無料 雨天中止 事前申込制	だれでも	10・24(土)			
		9:00-12:00			
		牛込仲之小・校庭			
<b>タグラグビー</b> 自由参加・無料 雨天中止 事前申込制	主に小学生 ※全体終了後 小3以上試合 タイムあり	3・17・31(土)	10(土)	11(日)	24(土)
		9:30-11:00	9:30-11:00	9:30-11:30	9:30-11:00
		富久小	天神小	大久保小	余丁町小
		9(金): 集合 地下鉄浅草駅の近くの吾妻橋たもと		21(水): 集合 JR信濃町駅	
<b>新宿あ・み・ま倶楽部</b> 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 7月15日(木) 緑のカーテン巡り集合場所時間は検討中	だれでも	集合: 午後12時50分、 午後: 13時~16時		集合: 午前9時25分、 午前9時30分~午後12時30分	
		浅草寺 四万六千日/ほおずき市と 待乳山聖天・今戸神社参拜		明治神宮外苑周辺散策、原宿まで ~オリンピック開会式直前の国立競技場~	
<b>レクダンス</b> 半期前払:3000円 (前後期制)	30歳 以上	3・17・31(土)			
		13:15-15:00			
		出世稲荷神社:社務所※上履き・飲み物持参			
<b>テニス</b> 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	3・31(土)	18(日)		
		なし	10:00-12:00		
	大人	18:00-21:00	12:00-17:00		
		戸山高校	芸術高校		
<b>フットサル</b> 大人:500円 小中高:100円 ※令和3年度は無料	だれでも	3・17(土)	11・25(日)		
		14:00-16:00	9:30-11:30		
		富久小			
		10・24(土)	25(日)	27(火)	
<b>ノルディックウォーキング</b> 参加費 300円 (レンタルポール使用料含む) ※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	7:30-9:30	8:00-9:00	13:00-15:00	
		戸山公園	富久さくら公園	薬王寺地域ささえあい館	
<b>グラウンド・ゴルフ</b> 参加費無料	だれでも	13(火)			
		9:30-12:00			
		ここ・から広場			
<b>競技合気道</b> 事前申し込み制 月謝800円、雨天中止	小学生 以上	10(土)・18(日)・24(土)			
		9:00-10:15			
		富久小 校庭			
<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	3・10(土)			
		13:00-15:00			
		若松地域センター			

※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



# 2021年度 新宿チャレンジスポーツ文化クラブ

専門部使用欄 管理者使用欄

--	--

※前年度と変更のない登録更新の方にも下記改めての記載をお願いしております。あしからずご了解ください。

入会 申込書 ・ 登録更新届 *1			
本人			緊急連絡先・保護者
フリガナ	生年月日*2		フリガナ
氏名	年 月 日		氏名
連絡先	電話	性別 男 女	連絡先 電話
	アドレス	@	
住所 〒			
学校	小学校 中学校	年	新宿区 在勤 ・ 在学
写真掲載*4 チャレスポが開催する事業中の写真をホームページ、広報誌等に掲載することを了承します。			
本人または保護者 署名			
持病・アレルギーに関する自由記載			

\*1 個人情報事は事業に関する連絡の他には使用しません。

\*2 会員構成把握の為 ご協力ください。

\*3 電話番号は少なくとも1つ記入してください。

\*4 入会者が未成年の場合保護者の了承をお願いします。

\*5 当日の体温が高いなど、健康状態に不安がある場合の参加はお控えください。

## 受付担当者 記入欄

受付後、会費を添えて 藤原さんへ提出。

受付者				A: あ・み・ま倶楽部 B: バドミントン D: レクダンス G: グラウンドゴルフ K: 楽しい将棋 P: パドルテニス T: テニス N: ノルディックウォーキング X: その他 C: ボッチャ F: フットサル I: 競技合気道 M: みんなでダンス R: タグラグビー V: バレーボール
受付日	2021年	月	日	
会員区別	高校生まで	一般	賛助	
会員番号	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;"> <span style="font-size: 2em;">21-</span> <span style="border: 1px dashed black; display: inline-block; width: 40px; height: 20px; vertical-align: middle;"></span> </div> ↑ 会員番号は3桁で 専門部アルファベット例) T21 001テニス1番			