



2021年11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。



グラウンドゴルフ



競技合気道



ボッチャ



新宿あ・み・ま倶楽部



ノルディックウォーキング



フットサル



タグラグビー



レクダンス

11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
- ・ボッチャ
- ・フットサル
- ・競技合気道
- ・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】

10/2 (土) 再開!! 天神小報告

長い休部期間を経て、緊急事態宣言明けの10/2 土曜日漸くチャレスポタグラグも再開できました!



久しぶりの開催を待ちわびた参加者、大人 15 名、子供 19 名、本当にお久しぶり。子供たちの元気に輝く顔を見て涙ぐんでしまいました。

10/10 (日) 富久小活動報告

タグラグ再開第 2 回は日曜日の午後。心地よい秋晴れというよりはかなり暑かったですね。

最終的には大人 19、子供 20 人も参加いただきありがとうございました。



10/16 (土) 富久小活動報告

10 月に入ってやや肌寒い日も増えましたが、コロナ感染者は急速に減少。大人 13 人、子供 10 人で、大小逆転も保護者の方も積極的に混ぜてもらっていただき大変楽しく親子開催ができました。



10 月 23 日土曜日余丁町小

大人 13 人、子供 18 人というこの日も一部土曜授業と並行開催ながらかなりの集合 11 月の試合に向けても少し練習させていただきました。



10 月 24 日日曜日富久小

大人 17 人、子供 15 人、こちらもやや逆転、合計 32 人は 2 日連続 30 人超。



【ポッチャ】

緊急事態宣言期間中お休みしておりましたが、10月12日(火)再開し、7名の方が参加されました。久々の薬王寺ささえあい館のポッチャを楽しんでおられました。



【フットサル】 10/10 (日) 富久小

合気道の準備運動をしながらフットサルを大人と子どもと楽しみました。大人 4 人子ども 4 人



【ノルディックウォーキング】

10/23、24(土、日) : 活動報告

23・24 の土日はノルディックウォーキング体験会が久々に開催されました。土日は風が強かったもののどちらも快晴、ウォーキング日和でした。久しぶりの方が多いため距離はそこまで長くせず、公園内をぐるりと回るようにして少し長めに歩ける人は神田川沿いを歩いたり、新宿御苑横の玉川上水遊歩道を歩きました。



【競技合気道】

10/17 (土) 富久小

富久小学校でスポーツ合気道の準備運動、型の練習をしました。<参加者の声>

「普段使わない筋肉や動きで肩こりもなくなり、心地よい汗をかきました」



【新宿あ・み・ま倶楽部】

9月16日 「茗荷谷周辺」散策

緊急事態宣言が延長されましたが、感染予防対策をしっかりとして ワクチン接種 2 回終了者で小山ガイドを含め 9 名で茗荷谷界隈を歩きました。



茗荷谷駅は地下鉄ながら地上に出ています。またここは坂が多く凸凹を実感。10000 歩約 7 km

10月8日 『有楽町で逢いましょう』

雲一つ無い晴天に恵まれたとても気持ちの良いお天気の中、18名の皆様に開催されました。東京駅ドームで検温・消毒・軽いストレッチをし、丸ビルの松杭、東京フォーラムの太田道灌を学んで南町奉行所跡へ。ガード下のコンコースには昭和の時代を再現した飲食店・映画のポスター・看板。更に古きを残して新しくを活かした「日比谷OKUROJI」。正に銀座の奥の路地。ん～。大人な空間です。そして本日のテーマの『有楽町で逢いましょう』。「そごう」のキャンペーンソングとして誕生し、今は「ITOCiA」の由来(いとしい+ia)になっているこの曲の歌碑を見て西銀座へ。「銀恋の碑」は写真のようにツーショットで撮影できる仕様になってますので、ぜひインスタ撮影されてはいかがでしょうか。

その後、ゴジラに挨拶してから(?)ミッドタウンからの絶景を楽しみ、日比谷公園の歴史を勉強して、旧市ヶ谷御門の「烏帽子石」で解散となりました。



【参加者の声】

- ・新東京駅、赤レンガ、思い出いっぱい、有楽町散歩。海外旅行に行った気分。楽しみました！
- ・お元気な皆さんにお会いできてうれしかった。やっぱりまち歩きは最高!!

粋な下町 人形町・浜町・堀留、そして「べったら市」

10月19日活動報告

午後より、小山ガイドを含め 11 人で歩きました。

【参加者の声】

- ・人形町はじめてのまち歩き



でした。

・粋な街でひよいとお富さん、小菊さんが出てきて楽しかった。

【レクダンス】出世稲荷神社

★9月25日(土) 13:15~15:00

数ヶ月ぶりにレクダンス教室が再開しました。参加者は8名でした。

『みんなでストレッチ』『新宿いきいき体操』『Lollipop』『ちょい悪オヤジ』／吉幾三『桃色吐息』／

高橋真梨子

『エーデルワイス』

『ムーンライト伝説』／

プラチナジャズ

『ラ・クンパルシータ』最後は『I Believe ~手をつなごう』／クリスハートでクールダウン



★10月2日(土) 13:15~15:00

暖かい日差しの中 10名の参加がありました。



★10月23日(土) 13:15~15:00



8名の部員と1名のビジター参加がありました。

風は強めですが日差しが暖かく、

換気のため窓を開けても心地のよいレッスンでした。

【グラウンドゴルフ】9/28(火)活動報告

9月28日(火)9時から、ここから広場で参加者32名で活動しました。10月12日に開催予定の高齢者クラブの大会に向けて始めて参加して人たちも優しく教えていただき、ホールインワンも出ました。皆さんマナーが良くて「また、来たい」と楽しんで帰られました。

はじめてクラブを握る方も安心してください。丁寧にお教えします。



☆ 11月の事業予定 ☆

事業名 参加費/回(会員)	対象	11月				
パドルテニス 自由参加・無料 雨天中止 事前申込制	だれでも	13・27(土)				
		9:00-12:00				
		牛込仲之小・校庭				
タグラグビー 自由参加・無料 雨天中止 事前申込制 11/7(日)9:30-11:30大久保小	主に小学生 ※全体終了後小3以上試合タイムあり	3(祝水) 20(土) 23(祝火)	7・14(日)	13(土) 9:30-11:00 28(日) 13:30-15:00	21(日)	27(土)
		9:30-11:00	13:30-15:00		13:30-15:00	9:30-11:00
		富久小		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	9(火): 集合 地下鉄日比谷線三ノ輪駅(3番出口)		26(金): 集合 都営三田線芝公園駅(A4出口)		
		集合: 午後12時55分、 午後13時~午後16時		集合: 午前9時25分、 午前9時30分~午後12時30分		
		遊里「吉原」跡を三ノ輪から歩く ~新吉原・『たけくらべ』・そして「酉の市」~		「芝公園」に紅葉を訪ねて		
レクダンス 半期前払:3000円 (前後期制)	30歳以上	6・13(土)				
		13:15-15:00				
		出世稲荷神社: 社務所※上履き・飲み物持参				
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	13・27(土)	21・28(日)			
	大人	なし	10:00-12:00			
		18:00-21:00	12:00-17:00			
		戸山高校	芸術高校			
フットサル 大人:500円 小中高:100円 ※令和3年度は無料	だれでも	14・28(日)		20(土)		
		9:30-11:30		14:00-16:00		
		富久小				
ノルディックウォーキング 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	13・27(土)	23(火)	28(日)		
		10:00-12:00	13:00-15:00	10:00-12:00		
		戸山公園	薬王寺地域ささえあい館	富久さくら公園		
グラウンド・ゴルフ 参加費無料	だれでも	9(火)		21(日)		
		9:00-12:00		9:00-12:00		
		ここ・から広場		富久小		
競技合気道 月謝800円	小学生以上	7・21・28(日)				
		9:00-10:15				
		富久小 校庭				

※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