

スポクラニュース

'22 夏号(No.105)

発行責任者/阿江 淳
編集委員/三浦三枝子
澤井千香子

●「第二一回定期総会」開催

令和四年四月二十四日、スポーツクラブ21東山台の「第二一回定期総会」が東山台小学校クラブハウスにて開催されました。総会は、新型コロナウイルス感染症防止対策を考慮して開催され、有効出席者は一五九名(出席者一三名、委任状一四六名)で、総会は成立しました。

最初に赤木教頭先生から、感謝の言葉とともに、「子ども達の体力向上に向けて引き続き尽力していただきたい」とのごあいさつをいただきました。

令和三年度の活動報告では、新しい形でのウォークラリーの開催ができた事や大人バスケ、フットサルの新規サークルの立ち上げなど、創意工夫を凝らした活動ができ、それが会員数の増加の一因となったことなどが報告されました。

令和四年度の活動計画案では、Facebookなどを取り入れた広報活動に力を入れ、多くの一般の方にスポーツクラブ21東山台の活動が目につかれ、参加者が増えるようにしていきたいなどの案が紹介されました。

採決は、令和三年度の活動報告、決算報告、令和四年度活動計画案、予算案そして、役員選出(下表参照)について、全会一致で全ての議案が可決・承認されました。



●会長のごあいさつ

平素はスポーツクラブ21東山台の活動にご理解を賜り誠にありがとうございます。

コロナ禍で十分な活動ができなくなっており、三回目の総会が開催され、無事終了しました。今年度もプール開放事業の中止など、まだまだ影響は残っておりますが、一方で十分な感染対策を取りながらのサークル活動、地域の方へのコミュニティスポーツ活動は普段の様子を取り戻しつつあります。

嬉しいことに、ここ数年減り続けていた会員数が久しぶりに増加に転じました。スポーツクラブ21の活動がコロナ禍でも地域の皆さまに受け入れてもらえている何よりのあかしと感じております。また心なしか最近、東山台で小さな子どもやファミリーをよく見かけるような気がしています。

一〇月には「東山台・清瀬台・国見台ウォークラリーウィーク」の開催を予定、実施に向けて準備中です。

幅広い年齢層の方に必要とされる地域に欠かせないインフラとして、これからも活動を続けてまいりますので、皆さんの皆さまの参加をお待ちしております。

スポーツクラブ21東山台

会長 阿江 淳

<令和4年度 役員会のご紹介>

- 会長 阿江 淳 (東山台剣友会)
- 副会長 山本 慎之介 (ナシオン卓球)
- 樋口 雅美 (プチシャトル)
- 庶務 渡部 卓司 (アズリー東山台)
- 井田 早紀 (アズリー東山台)
- 会計 北村 智恵 (コミュニティスポーツ)
- 野口 祥子 (東山台剣友会)
- 行事 佐々木 貴志 (シャトルウィング)
- 箕浦 崇 (ヤングナシオンズ)
- 森川 賀博 (プチシャトル)
- 廣岡 大輔 (東山台ウルヴズ)
- 広報 三浦 三枝子 (コミュニティスポーツ)
- 澤井 千香子 (コミュニティスポーツ)
- スポーツ推進委員
阿江 淳・箕浦 崇・樋口 雅美
- 会計監査 原田 通子 (東山台ウルヴズ)
- 渡辺 佐和子 (シャトルウィング)
- 顧問 川口 秀穂 (東山台小学校校長)

<令和4年度 主な行事予定>

- 8月6日(土) エンジョイ!クォーターテニス (毎月第2(土)予定 ※11月・2月は第1(土)に変更)
 - 7月23日(土) エンジョイ!バドミントン (毎月第4(土)予定 ※8月分は9月3日に、2月は第3(土)に変更)
 - 10月1日(土)~10日(月・祝)
東山台・清瀬台・国見台 ウォークラリーウィーク
 - 10月23日(日) 眺望ハイキング (きずきの森:予定)
 - 11月23日(水・祝) 紅葉ハイキング (瑞宝寺公園:予定)
 - 3月5日(日) 街ハイキング (中山巡礼街道:予定)
 - 他にチャレンジ卓球・ミニサッカーゲームなど企画中!
 - 毎月第1・3・4(月) ステップ台エクササイズ教室 ※8月は第1・4・5(月)
 - 毎月第2・4(土) ごろ寝エクササイズ ※8月は第1(土)のみ
- ※小学校の行事等で日程が変更になる場合があります。
詳しくはポスター・回覧等でお知らせいたします。

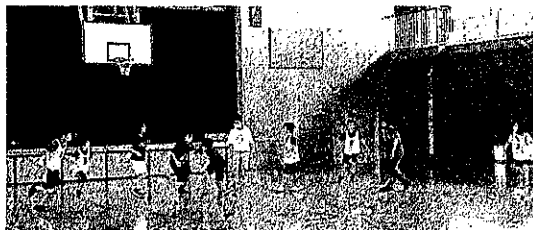


スポクラニュース



●「バスケットボールフェスタ」に60名が参加!

5月15日(日)、東山台小学校 体育館にて小学生から大人まで総勢60名で「BB フェスタ」を賑やかに開催しました。コロナ禍で内容の制限もありましたが、たくさんの笑顔で気持ちのいい汗をかいて、バスケットボールを楽しむことができました。みんなでスポーツをすることが減っていたここ数年でしたが、みんなで体を動かし、笑い、コミュニケーションをとることで心身ともにリフレッシュできる機会になりました!



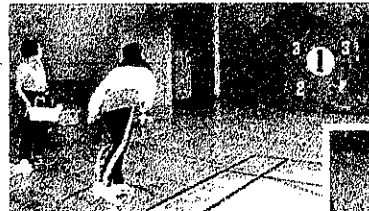
●伊丹スカイパークへハイキング!

新緑がとってもまぶしい5月8日(日)、伊丹方面へ出かけました。参加者は小さなお子さんから大人まで総勢18名。JR 北伊丹駅から猪名川沿いを歩き、伊丹スカイパークへ。その後、飛行機の着陸直前を真下から眺められるポイントへ。ジャンボ機が頭の上を通ったときは、大迫力! 皆さんケータイやカメラでベストショットをお持ち帰りされました! 約12km のコースでしたがお昼過ぎまでめいっぱい、大満足のハイキングとなりました。

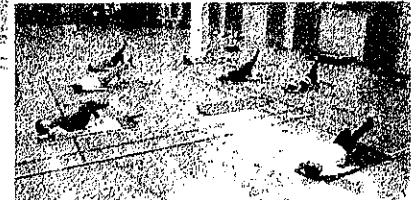


●3年ぶりに開催! 「エクササイズ バラエティ」

新型コロナウイルスの流行により2年間開催ができなかった「エクササイズ バラエティ」を、4月29日(金・祝)、3年ぶりに開催しました。ごろ寝・ステップ台のエクササイズと、おもしろ体力測定やゲームで遊びました。延べ参加者は小学生を含め18名と少なめでしたが、思い思いに楽しみました。



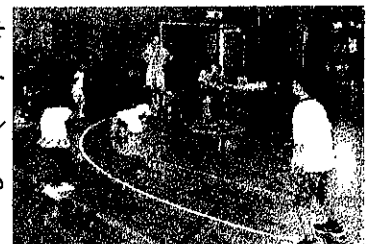
▲的あてゲーム



ごろ寝エクササイズ▶

●野球的「ボール遊び」!

連日の猛暑が続く7月2日(土)、年中～小学2年生を対象に昨年好評だった「野球的 ボール遊び」を小学校体育館にて開催! 子ども13名に保護者9名も加わり、ウォーミングアップ後、スポンジボールで親子のキャッチボール、軽くて太いバットでボールを打つ練習。集中して大きく飛ばす子、慎重に当てる子…みんな元気いっぱい! 最後に2チームに分かれ、打ったら小さなダイヤモンドを一周し、守る方はボールを追いかけ、拾ったらランナーに当てるといいうゲームも味わい大喜び~! でした。



地元でスポーツの秋を満喫しよう!

東山台・清瀬台・国見台 ウォーク☆ラリー☆ウォーク

●10月1日(土)10:00~10日(月・祝)12:00 予定 ☆参加無料

東山台周辺の公園内10カ所に設置したアイコンを集めて、ビンゴゲームを楽しもう! ご家族やお友達・サークル仲間とチームを作り、受付を済ませたら期間内の9時~17時に自由に歩いてください。お一人での参加も大歓迎です! 空いた時間に少しずつ歩くのもOK! ビンゴが完成しなくてもゴールしてくださいね。参加賞があります。安全に楽しんでいただけるよう、ただ今準備中です!

★受付・ゴールの設置 / 期間内の土日祝 10:00~12:00

※10月1日(土)・2日(日)・8日(土)・9日(日)・10日(月・祝)

●東山台小学校 北西角 円形広場

★持ち物/筆記具

※ご参加の際は体調確認・検温・マスクの着用をお願いします

★スポーツドリンクのプレゼント、参加賞もあります!

※詳しくはポスター・回覧等でお知らせいたします



ステップ台 エクササイズ

ウォーキングではあまり使わない大きな筋肉、大腰筋や大腿四頭筋などが鍛えられる有酸素運動です。筋肉には、がんや糖尿病を予防したり、水分を蓄えたりする働きもあることが分かってきました。ストレッチや、スクワットなど筋力アップの体操も行っています。ぜひ一度、体験にお越しください。



●第1・3・4月曜日 19:30~21:00

※小学校の行事などで日程が変更される場合があります

※8月は第1・4・5(月)

●東山台小学校 体育館

★参加費: 1回300円、9回2400円

★持ち物: 体育館シューズ・ドリンク・タオル

●スポーツクラブ21は市の指針に従い、新型コロナウイルス対策をとって活動しております。参加の際は必ず検温し体調確認の上、受付時までにはマスクを着用してご参加ください。