



総合型地域スポーツクラブ

しろやま倶楽部会報

しろやま倶楽部は4年間の準備期間を経て平成19年に設立された「総合型地域スポーツクラブ」です。城山小学校を主な活動拠点とし、地域の誰もが参加でき会員の自主運営によって現在14のクラブが活動しています。スポーツや文化活動を通じて多世代交流や地域コミュニティの充実を目指しています。

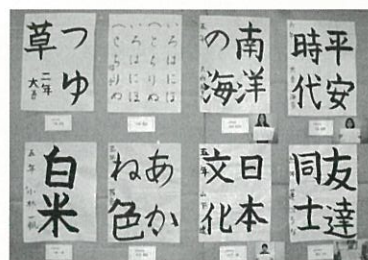
発行：しろやま倶楽部
東京都世田谷区梅丘2-1-11
世田谷区立城山小学校内事務局
TEL/FAX 03-3428-8373

第7回しろやま倶楽部フェスティバル 平成25年10月20日 9:30~15:00 城山小学校で開催



あいにくの雨天で、スケジュールや場所等の変更を余儀なくされて、前日からの準備が大変でした。悪天にもかかわらず多数のご来賓の皆様や会員の方々、近隣の人々が来場されました。今年は体験会を中心にしたので、大勢の方が多種多様な自主クラブを知る良い機会になりました。

また、恒例となりました「東日本大震災復興支援バザー」も売り上げを今年は<福島の子どもたちとともに・世田谷の会>に寄付をしました。



12月2日 国士館大学生による・・・ドッチビー大会

評議員もお願いしている国士館大学文学部細越教授と、教育学科1, 2年生27名に協力参加いただき、城山小学校児童を対象に放課後の時間を使って実施しました。

今年度の事業方針「地域の中での子どもたちの体力づくりを意識した環境をつくっていく」に基づき『フェスティバル』のなかでも取り上げたドッチビーをさらにつなげて‘的あて遊び’や‘ドッチビー試合’を行いました。

ドッチビーはボールと違いあたって痛くないこと、また軽く投げられるので、体を動かす楽しさを感じるきっかけになったと思います。



12月2日



〔公財〕東京都スポーツ文化事業団支援によるシニアスポーツ振興事業実施

『気になりませんか？ あなたの体力 いつまでも元気でスポーツを楽しみましょう！！』 (11/30)

健康体操クラブとソフトバレーボールクラブ合同で開催、地域にも呼びかけ当日は42名の参加があり、和やかな雰囲気の中で行われました。

定例活動であるトリム体操やソフトバレーの体験を通じて、新たな入会もありました。目的とした「スポーツに触れることでの健康増進のきっかけづくり」「集うことでの人との絆づくり」「倶楽部を知ってもらう機会」になりました。



『太極拳定例活動&ミニ研修』(3回シリーズ7/28 1/12 3/23)

太極拳を通じての健康維持・増進と、集うことでの絆づくり、継続的な活動参加につなげられる機会になるように3回シリーズで企画しました。

活動後に話し合いの場も持つことで指導者や会員相互のコミュニケーションがはかれ、技術の向上に向けて活動がより円滑に進められるようになってきました。



豪徳寺商店街沖縄まつり 山下商店街秋の味覚まつり 若林児童館まつり

10月13・14日豪徳寺商店街沖縄まつり、11月10日山下商店街秋の味覚まつりは、会員のお手伝いで、ゲームコーナーを担当しました。11月10日若林児童館まつりは、卓球クラブの協力でフランクフルト販売をしました。

3つの行事に参加して、しろやま倶楽部のPRにもなり、また地域の方々との交流の良い機会になりました。



サマーワークショップ



夏休みに開催された城山小サマーワークショップに多数のクラブが参加しました。

子どもの体力向上を意識した企画として、特にスポーツ系クラブに参加を呼びかけました。また、しろやま倶楽部企画では、「ドッチビー」教室で参加しました。

多くの子どもの参加があり、有意義で楽しい時間になりました。





安全管理研修 「普通救命講習会」 を開催

3月2日(日)

世田谷消防署からの2名の講師による心肺蘇生とAED処置を学びました。

テキストを使った講義の後、人形を使って実際に心肺蘇生や人工呼吸、さらにAEDを使用しての救命処置を体験でき、すぐにでも実践できるような学ぶことができました。参加された倶楽部会員の皆さんには、認定証が発行され、有意義な研修となりました。



指導者紹介

..... vol.4

親子体操クラブ

たった3組での活動ですが運動が大好きな親子の集まりで、体育館が使えれば1組でも積極的に活動しています。

跳び箱等、待ち時間が無いので飽きてしまいそうですが何回もチャレンジする姿は感動します。

指導者の経歴

平成7年1月 世田谷区スポーツ指導員認定(種目:障害児体操教室)現在は(公益財団法人)世田谷区スポーツ振興財団スポ・レクネット指導者(種目:障害児運動教室)に変更。

しろやま倶楽部に『親子体操』を立ち上げるにあたり、世田谷区親子体操指導者協議会にて、担当指導者として紹介されました。

指導者なんて無理だと思いながら現在まで17年。現在に至っております。

指導者: 林 静枝

バスケットボールクラブ

城山小学校の体育館にゴールが付いたことをきっかけに、バスケットクラブを立ち上げたのが5年前になります。最初は木村祐一郎さんと指導をしていましたが、現在は藤崎健一さんと佐々木誠さんと一緒に指導しています。親子での参加が多いクラブなので、大人と子供それぞれの目標に向けて上達できるよう、練習メニューを作っています。私は、約30年に渡りミニバスケットボール(小学生のバスケット)の指導や役員の仕事をしてきた経験があるので、小学生の練習を主に担当しています。部員からは、練習が楽しいと言われるようになりました。



うれしいことです。これからも、部員それぞれの上達具合によって、新たな練習メニューを加えて楽しみたいと思います。

指導者: 小東 理人

YOGAクラブ

2010年: 内閣府認定 NPO法人 日本予防医学療術協会認定 ヨガインストラクター、APメディカルヨガインストラクター 取得。

2011年: 社団法人 国際ホリスティックセラピー協会認定 ヨガインストラクター 取得。

現在、骨盤調整、リラクセス、パワーヨガを指導。そして、オリジナルな造顔ヨガを考案し、好評をいただいております。

美しさとは、健康で元気であること。そして、動ける身体で居続けること。それだからこそ、毎日を楽しむ幸せに笑顔で過ごせると思います。

今やっていることは、10年後、20年後に反映されます。この先も、皆さんがずっと笑顔でいられますようお手伝いさせていただけたら嬉しく思います。

そして、永くヨガを楽しんでいただきたいと思います。

指導者: 花岡かずみ



グランパ・ノブの英語クラス

2011年から英語クラスを担当するようになりました。

現在67歳 英語が好きな事が、きっかけで人生の方向が決まりました。

英語を生かした職業にと思い、旅行会社に入社し、海外渡航も43カ国・145回にもなり大部分の渡航目的が産業視察団引率でした。

旅行会社を定年引退後、カナダ留学を夫婦で実現しました。カナダでは、College of the Rockiesを3年かけて卒業いたしました。留学目的は、日本で英語指導をボランティアでしたいと思い、勉強しました。

「日本人の英語指導」は、過去は、会話・リスニングに重点を置かない教育でしたから、カナダ留学時に、大学の総長から日本人の英語会話能力が小学生だと言われショックで、私は、そこで一代発起して 子供に英語指導できれば夢が叶おうと思い現在楽しく英語指導をさせて頂いています。

「脳の活性化に役立つ」英語指導を今後も継続していきたいです。

2009年9月に帰国して、再就職で旅行会社に勤務し、留学生を海外に派遣する業務担当責任者で、楽しく仕事に従事しながら英語ボランティア指導を楽しませて頂いています。

指導者: 青木 伸行



事務局だより

H25	7/15	東京都地域スポーツクラブ交流運動会(東京体育館)参加
	7/20	花見堂小学校子どもまつり協力
	8/24	山崎小学校子どもまつり協力
	8/31	城山小学校子どもまつり協力
	9/14	若林フェスティバル出席
	10/ 1	スポーツ祭東京2013協力
	10/13・14	豪徳寺商店街沖縄まつり参加
	11/ 3	よがコミュニティクラブフェスティバル 出席
	11/ 3	東深沢スポーツ文化クラブフェスティバル 出席
	11/ 4	こまフェスタ 出席
	11/10	若林児童館子どもまつり参加
	11/10	山下商店街秋の味覚まつり参加
	11/13	若林クラブとの懇談会
H26	1/22	区内総合型地域スポーツクラブ連絡会議出席
	2/28	東京都地域スポーツクラブ連絡会議出席

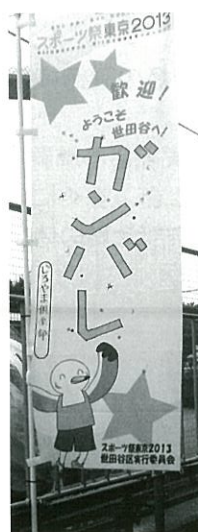
スポーツ祭東京2013

(第68回国民体育大会) 協力

世田谷区立総合運動場で一部の種目が開催され、しろやま倶楽部はボランティアで参加しました。

都民の日の10月1日 総合運動場の噴水広場で馬車が運行され、あいにくの雨の中でしたが通り道の保身に努めました。

また、総合型としてのブースでは、区内の総合型の宣伝をし、会場内には会員の手作りの幟が立ち並びました。全国から来た選手やスタッフの方々との交流の場になりました。



世田谷中学校新校舎 完成間近!

平成23年4月に世田谷中学校が開校しました。それから3年間、旧若林中学校で生活してきましたが、平成26年3月待望の新校舎が完成し、春休みに移転します。

学校施設は、可能な限り地域の方々に開放していきます。旧山崎中学校跡地であり、お住まいからも近くなりましたので、しろやま倶楽部の会員の皆さまの活動等にも大いに利用していただきたいと思います。

世田谷中学校 校長 笛木 啓介

自主クラブ紹介

クラブ名	代表者/連絡先	活動日	場所	会費他
卓球	関根 順子/3426-2383	第1日曜 13:00~15:00 第4土曜 10:00~12:00 第1.2.3.5木曜 16:30~18:30	城山小学校 体育館	1ヶ月300円
ショートテニス	寺尾 朋子/3425-8400	第1・4日曜 15:00~17:00 第3土曜 10:00~12:00	城山小学校 体育館	1ヶ月300円
ソフトバレーボール	鬼島美弥子/3425-8305	第2土曜 13:00~15:00 第4日曜 18:30~21:00 第1.3土曜 18:30~21:00	城山小学校 体育館	6ヶ月500円
健康体操	采澤 睦子/3429-7872	毎週土曜(第5除く) 10:00~11:30	ほっとスクール城山	1ヶ月1000円
親子体操	林 静枝/3701-7574	第1~3月曜 16:30~17:45	城山小学校 体育館	1ヶ月500円(1人につき)
フットサル	早川三知子/5450-3608	第2.4水曜 19:00~21:00 第1.3.5水曜 19:00~21:00	城山小学校 校庭 城山小学校 体育館	1回100円 対象中学生以上
太極拳	甲斐利栄子/3706-2047	毎週日曜(第5除く) 9:00~13:00 第2.4水曜 19:00~21:00	ほっとスクール城山 城山小学校 BOP室	1回500円・連絡費50円/月 対象高校生以上
お花クラブ	後藤 睦子/3427-9079	第3土曜 10:00~12:00	山崎小学校 ランチルーム	1回1000円(材料費別1000円)
筆と紙で楽しむ会	池田 睦子/3706-1267	第2・3土曜 13:30~16:00	城山小学校 ランチルーム	1回500円
手作りサロン	立石かほる/3420-6641	第1・4土曜 14:00~16:00	城山小学校 ランチルーム	1回300円
バスケットボール	小東 理人/3428-1721	第2日曜 13:30~16:00 第4日曜 9:30~12:00	城山小学校 体育館	1回200円
YOGA	花岡かずみ/3420-7572	毎週火.水曜 10:00~12:00	城山小学校 BOP室	チケット制・4枚3000円
グランパ・ノブの英語	鬼島美弥子/3425-8305	第2土曜 14:00~16:00 第4土曜 10:00~12:00	城山小学校 児童会室	1回500円

●しろやま倶楽部年会費：個人2000円、ファミリー4000円、幼児500円、賛助会員1口1000円。その他各クラブの会費が必要になります。
●1回は無料体験ができます。●各クラブについての問い合わせは、代表者へお願いします。