



総合型地域スポーツ文化クラブ

HP <http://www.shiroyama-club.org>

しろやま倶楽部会報

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 03-3428-1482

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文化クラブ」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17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。

クラブ訪問

●健康体操クラブ

昨年12月14日、会報編集担当で、健康体操クラブにお邪魔しました。ほっとスクール城山の2階、日当たりのよいホールが活動場所です。この日は30名ほどの会員の皆さんが集まりました。

軽いストレッチにはじまり、ラジオ体操、ウォーキング、ランニングと続くうちに体がポカポカと温まってきます。音楽にあわせて踊る「脳トレダンス」では、輪になって右へ 左へ、ついて行くのもやっとなのですが、慣れたと思ったら1曲おしまい。もっと踊っていたかったです。そして本日のハイライト、筋力トレーニングです。筋肉にじわじわと効いてくるハードトレーニングにも皆さん余裕の表情で、本当に凄いです。

このように、充実したプログラムを体験し、日頃の不摂生を痛感した1日でした。先生のテキパキと、しかもユーモアを交えたご指導にふれ、会員の皆さまがとても羨ましいと思いました。

体幹、脳トレ、つまずき防止など、日頃の生活にそのまま活かせる健康体操、とても楽しいクラブです。



●筆と紙で楽しむ会

同じ日の午後、城山小学校2階のランチルームに移動して、筆と紙で楽しむ会を訪問しました。

望月先生のご指導のもと、この日は小学生から大人まで20名ほどが活動中でした。めいめいの課題に取り組むまなざしは、皆さん真剣そのものです。書けた人から順番に並んで、先生の添削指導を仰ぎます。筆者も体験させていただこうと、お手本をお借りして、どうか1枚書き上げましたが、結果は散々。手厳しいご指導に心折れながらも、気を取り直してもう1枚。1か所マルもいただき、2枚3枚と書きすすめるうち、もっと勉強したくなりました。

望月先生の、情熱あふれるご指導にふれ、キラキラとした子どもたちの瞳が印象的でした。突撃訪問にも快く応じてくださり、本当にありがとうございました。
(広報 松田 京子)

(公財) 東京都広域スポーツセンター 指導者派遣事業

総合型地域スポーツクラブ しろやま倶楽部における安全管理の学習会

2019年12月21日(土) 15:00~17:00 城山小ミーティングルーム

日本ハラスメント&リスクマネジメント総合研究所の日野一男先生をお迎えして、しろやま倶楽部を運営していくうえでの運営側の心得についての学習会を開きました。

最初に講師の先生の自己紹介があり、陸上や武道などこれまで様々なスポーツに関わられてきた経歴に驚きました。また法律にも明るく、今回は裁判のいろいろな事例、特にスポーツ指導に関するものを中心に紹介してくださいました。

今回しろやま倶楽部内で起きた活動中の事故を題材に、運営側や指導者はどのような点に気を付ければよいかを教えてくださいました。まずは運営側や指導者は、自分たちを守るためには分かっ

ている限りのリスクに関する情報をとにかく早めに参加者に周知することが大事ということでした。また小学生以下の子どもが活動に参加する場合は、保護者が子どもの体調や活動する上での注意点などを指導者に伝えなければならないが、伝えてもらう事前に保護者に話しておくことは運営側の責任であるとのこと。小さいお子さんが参加している自主クラブの責任者にはぜひ実践していただきたいと思いました。

今回いろいろな知見のある方にお話を伺えたのはとても有意義でした。
(ショートテニス 松田 明良)

第13回しろやま倶楽部フェスティバル開催！

2019年 10月 27日 (日) 9:30 ~ 15:30 会場:城山小学校

いよいよ2020年に開催されるオリンピック・パラリンピック。
第13回しろやま倶楽部フェスティバルのなかでもオリンピック・パラリンピック競技を楽しんでもらえるような企画を用意しました。

「オリンピック・パラリンピックプログラム」の様子を紹介します！

ポッチャ

初めての方は基本から、経験のある方は早速試合を・・・、それぞれのレベルにあわせた体験ができる1日でした。当日はスポーツ推進委員の皆さん、スポレクネットの指導者、国土館大学文学部初等教育専攻の学生、多くの方の協力をいただき行うことができました。

近隣の「スマイル梅丘」の利用者の方も参加され、共に試合をして、楽しまれました。

障がいをお持ちの方、未就学児から高齢者の方まで、誰でも楽しめる種目なので、しろやま倶楽部でも活動に取り入れ、会員の交流をしているクラブもあります。



オリパラ馬術競技をポニーも応援！



空手道

会員の子どもたちによる形の発表、国土館大学生による創作演武の発表が行われました。国土館大学生による、韓国で行われた「日韓文化交流おまつり2019 in SEOUL」で披露した創作演武は、形・組手を音楽に合わせた迫力のある演技で、観客の方も圧倒されていました。普段指導者として活動をしている学生もいましたので、会員の子どもたちも感動して演武に見入っていました。



バドミントン

初めてフェスティバルで体験会を実施。指導者として、世田谷中学校鴨下副校長先生や地域在住の近藤清和様のご協力をいただきました。

子どもたちは、一所懸命にシャトルを拾っていくうちに、ラリーができるようになって嬉しそうでした。

大人の方や、普段からバドミントンをされている方、シャトルを打ちあう音とスピードには、迫力がありません。



しろやま倶楽部のポッチャへの取り組み

ポッチャ交流会

7月14日(土)
城山小学校 体育館



しろやま倶楽部の会員交流企画として、自主クラブの会員・指導者が集まっての、ポッチャ大会が開催されました。スポーツ推進委員の小田憲子さんに来ていただき、ポッチャの基本的なルールの指導、ゲームでの審判をしていただきました。ポッチャ体験を終えてからは、ミーティングルームでの交流会。交流会をきっかけに、クラブ活動のなかでも広がっていきそうです。



親子体操でも「ポッチャにトライ！」

スポーツ・レクリエーション推進賞 表彰！ 太極拳指導者 俵谷 正夫さん 俵谷 眞佐子さん

このたび、太極拳クラブ指導者の俵谷正夫さんと俵谷眞佐子さんが、10年以上にわたり太極拳活動の普及、振興に努められたことにより(公財)世田谷区スポーツ振興財団主催「スポーツ・レクリエーション推進賞」を受賞されることになりました！おめでとうございます！！

しろやま倶楽部太極拳クラブの立ち上げは会員数名からのスタートでしたが、先生のお人柄そのままに、和やかな雰囲気のもと、「楽しく学びながら体力もつけていく」を目標に、練習に励んでまいりました。

数年前からは、スポーツ吹矢の指導も担われ、現在、両クラブ合わせ(兼部者も含め)30名の会員となりました。

今後も充実した活動が続けられるよう、これからもよろしくお願いたします。(太極拳クラブ代表 甲斐 利栄子)



自主クラブの活躍

8月 4日(土)	HIP HOP DANCE	世田谷区民まつり	発表
8月24日(土)	HIP HOP DANCE	山崎子どもまつり	発表
9月16日(祝)	ショートテニス	世田谷区ショートテニス交流会	会場:城山小学校
9月~	フットサル	フットサル プログ開始	http://shiroyama-club.org/blogs/futsal_blog/
10月 6日(日)	空手道	世田谷区民大会空手道競技大会	・組手競技小5無級~5級の部 吉村一花 3位 ・形競技 小1 三瓶太一 敢闘賞 ・組手競技(女子) 小5 伊野ひり 敢闘賞 ・形競技 一般有級の部(男女混合) 三瓶和弘 敢闘賞
10月22日(祝)	空手道	守礼堂杯出場	会場:世田谷区総合運動場体育館
11月 3日(日)	HIP HOP DANCE	『楽市・楽座』発表	
11月 4日(祝)	コーラス	『世田谷PTAコーラスフェスタ2019』発表	会場:世田谷区民会館
11月10日(日)	HIP HOP DANCE	若林児童館こどもまつり	発表
11月10日(日)	ソフトバレーボール	世田谷区民大会	(混合フリーチーム 小学生1チーム参加) 小学生チーム2位入賞
12月21日(土)	空手道	令和元年度教室空手杯クリスマス空手道大会	会場:武蔵野市総合体育館

2019 ポッチャ世田谷カップ

この大会は、小中学校や児童館、町会などの地域団体、公募のチーム、実業団など、計16チームが参加の正式なルールで行う本格的なものになります。

しろやま倶楽部は、以前参加した区内総合型地域スポーツ・文化クラブ交流大会でのブロック優勝をしたことから、総合型地域スポーツクラブチーム代表として出場できることになりました。

卓球、ショートテニス、バスケットクラブからの代表や指導者、事務局、役員、6名で大会エントリー。試合を想定した強化練習を2回行ってから大会に臨みました。

しろやま倶楽部は、実業団3チームが相手となるブロックに入り、予選リーグの3試合を行いました。マイボールを持ち、日々練習を重ねているような本格的な

8月24日(土)
区立総合運動場体育館

チームとの対戦となり、残念ながら1勝2敗で予選リーグ敗退とはなりましたが、練習の成果は発揮できましたし、最終的に優勝したチームと接戦に持ち込む善戦でした。


大会をふり返ると、独特の緊張感やプレッシャーのなかで、いかに力を発揮できるかが勝敗の分かれ目になるように感じました。でも、参加したメンバーは「それでも楽しかった」という感想が殆どでしたので、今後は倶楽部の会員にもポッチャの楽しさを広めたいと考えています。

この度は、大会参加の機会を与えていただき、ありがとうございました。

(バスケットクラブ代表 小東 理人)



自主クラブ紹介

体験申込みはこちらで 



クラブ名	代表者/連絡先	活動日	場所	活動費他
卓球	吉澤 淳子/3422-4679 吉田 哲男/3439-1717	第1日曜 13:00~15:00	城山小学校 体育館	1ヶ月300円
		第4土曜 10:00~12:00		
		第1・2・3・5木曜 16:30~18:30	世田谷中学校 格技室	
		第3日曜 10:00~12:00		
第4水曜 18:45~21:00				
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 美彌子/3425-8305	第2土曜 13:00~15:00 第4日曜	城山小学校 体育館	6ヶ月500円
		第1・3土曜 18:45~21:00	世田谷中学校 体育館	
健康体操	采澤 睦子/3429-7872	毎週土曜(第5は除く) 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/3701-7545	毎週月曜 16:30~17:45	城山小学校 体育館	1ヶ月1000円(親子1組につき)
フットサル	田上 ヴァネッサ/ shiroyamclub.futsal@gmail.com	第2・4水曜 19:00~21:00	城山小学校 校庭	1回100円 対象中学生以上
		第1・3・5水曜 19:00~21:00	城山小学校 体育館	
太極拳	甲斐 利栄子/3706-2047	第1・3日曜 9:00~13:00	ほっとスクール城山	1回500円・連絡費200円/月 対象高校生以上
		第2・4日曜 9:30~11:30		
		第2・4水曜 19:00~21:00	城山小学校ランチルーム	
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1100円)
筆と紙で楽しむ会	永沼 めぐみ/6453-2651	第2・3土曜 14:00~16:00	城山小学校 ランチルーム	1回500円
手作りサロン	櫻井 雅代/3411-8969	第1・4土曜 14:00~16:00	世田谷中学校 ミーティング室	1回300円
バスケットボール	小東 理人/090-1264-9820	第2日曜 13:30~16:00	城山小学校 体育館	1回200円
		第4日曜 9:30~12:00		
YOGA	平塚 早苗/3420-0240	毎週火・水曜 10:00~12:30	世田谷中学校 ミーティング室	チケット制・4枚3000円
英語クラス	鬼島 美彌子/3425-8305	第2土曜 14:00~16:00	世田谷中学校 ミーティング室	1回500円
		第4土曜 10:00~12:00		
HIP HOP DANCE(M+Family)	伊野 真弓・佐伯 忍 3428-1482(事務局)	第1・2・3・5水曜 18:30~20:30	世田谷中学校 格技室	4回3000円
スポーツ吹矢(的中会)	田中 律子/3420-0201	第1土曜 10:00~12:00	城山小学校 体育館	1ヶ月500円
		第2日曜 11:30~13:00		
		第4日曜 11:30~13:00	城山小学校 ランチルーム	
空手道(世空道)	大木 陽悦/3428-1482(事務局)	毎週日曜 13:30~16:00	世田谷中学校 格技室	1ヶ月5000円
		毎週水曜 18:30~21:00	桜木中学校 柔道場	
		毎週土曜 15:15~17:45		
		毎週金曜 18:00~21:00	城山小学校 体育館	
コーラス(Sing Pal)	富士榮 真紀/042-708-4272	毎週土曜 10:00~12:00 土曜授業日は 14:00~16:00	城山小学校3F 第2音楽室 または 第1音楽室	1ヶ月1500円

●しろやま倶楽部年会費：個人2000円(但し保護者が会員の場合は幼児500円) ファミリー4000円 ●賛助会員1口1000円
 その他各クラブの活動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