



スポーツ No.62 クラブ通信

2015年10月1日発行

発行者：義煎利信／編集：広報部会
〒359-1164 所沢市三ヶ島 3-1407-1
電話 04-2947-3481

所沢市総合型地域スポーツクラブ会報

市民フェスティバルに参加します!!

皆さんの参加でクラブの存在をアピールしよう!

10月24日(土)・25日(日) 10時～16時 航空公園

毎年行われる市民フェスティバル。多くの団体が参加しています。クラブでは広報活動の一環として参加します。1人でも多くの市民の方に Club2000 を知って頂き、仲間を増やせることを期待しています。プログラムとして、両日ともにトランポリンの模範演技の披露やチビッ子対象の体験も行います。25日は壮大な太極拳の演武も披露されます。

広い公園内には模擬店も多く舞台でのイベントも予定されているようです。ご家族皆さんで、お散歩がてら参加してください。クラブのブースでお待ちしています。

トランポリン

模範演技1 演技者：勝田 万里奈さん 解説：Club 専任コーチ 中田 ゆかり先生

①10:50～ ②11:40～ ③13:50～ ④14:40～

体験教室 小学生 各グループ20名 指導：中田 ゆかり先生

①10:15～ ②11:05～ ③13:15～ ④14:05～ ⑤14:55～

※各日、会場にて整理券をお配りいたします。

模範演技2 演技者：Club2000 トランポリン会員 12:00～13:00



太極拳

会員による演武

25日 10:30～ 12:30～

太極拳サークルの会員数は300名近く。

大学のスポーツホールから始まり、

今では他に10か所の活動会場があります。

是非、皆さんの壮大な演武にご期待ください。

WGWC 第31回月例大会



7月 21日(火) 梅雨明けの猛暑の中、第31回月例大会が北野総合運動場で70名(男性37名・女性33名)の参加者で行われました。

《男性の部》

優勝 庄司好弘さん 70-③
2位 岩崎晃一さん 70-②
3位 斉藤文男さん 71-③
4位 城谷清司さん 72-①
5位 鎌田治雄さん 73-②
6位 黒沼雅彦さん 77-②

《女性の部》

粕谷喜美江さん 77-①
中 ハナさん 78-③
桜井公子さん 79-①
小暮君子さん 80-①
上田幸子さん 82-②
阿部良子さん 82-②

* (女子の部5位・6位は2打の数による)

当日の参加者全員に2015年改定版ルールブックが配布されました。
(不参加者は後日練習時に配布)



早大生実習指導

早大生の実習指導補助を5年前からグラウンド・ゴルフ普及活動の一環として指導者資格者・幹事・会員の協力で実施してきました。今年度も4月～7月迄13回実施して延べ173名の協力を頂きました。猛暑の下7月22日の最後の実習日に学生と交流大会を行い、終了後に集合写真撮影を行いました。



各地の催しに参加

◇6月20(土)・21(日)2015年度上級指導者資格認定及び資格更新講習会

(富士川口湖町レイクホテル西湖)

WGWCから上級指導者資格(認定試験)に村橋勝廣さん・森ヶ崎三千男さん・石井徳治さん、資格更新に柳沼清喜さんの4名が参加、全員合格されました。

☆おめでとうございます☆

WGWCの上級指導員資格者は20名(男性12名・女性8名)となりました。

◇7月11日(土)若狭G・Gクラブ講習会(若狭小学校)

所沢G・G連盟から指導員資格者8名参加して、ルール・マナーについて講習会を開催しました。講習会后、若狭G・Gクラブが所沢市連盟に加盟、会員27名が入会しました。

所沢市連盟の会員数は216名となりました。

◇7月15(水)・16(木)西部地区大会IN松本やまびこドーム大会(信州スカイパークやまびこドーム)

西部地区各市から78名(川越56名・狭山7名・日高5名・坂戸5名・鶴ヶ島2名・所沢WGWC3名)の参加者で行われました。

カルチャーパークの利用

所沢で唯一天然芝でG・G練習ができるカルチャーパーク、上半期(4～7月)の利用が7月13日で終了しました。利用者数は友誼団体を含め延164名、WGWCは131名でした。下半期(9～11月)の利用について、8月13日市役所で利用団体協議会の調整会議があり以下の利用予定に決定しました。

*9月… 9/4(金)PM、9/14(月)全日

*10月…10/9(金)PM、10/19(月)全日

*11月…11/20(金)PM、11/30(月)PM 合同練習

今年度も最終利用日 11/30AM に「カルチャーパーク多目的広場」利用団体交流 G・G 大会を予定しています。



楊名時式健康 太極拳



太極拳クラブ宮内会長、久し振りに 各ブランチ訪問、熱烈指導！

会員からの声

宮内会長がいらっしゃるとう事で緊張しておりましたが、会長は、お暑い中、練功開始時間より早くいらして、会長との雑談により緊張が少し和らぎました。

立禅から始まり八段錦、二十四式と、会長は太極拳の理論と実技をまじえ解り易く説明して下さいました。太極拳の奥深さを再認識致しました。



ブランチ訪問を終えて

太極拳クラブ会長 宮内 孝知

7月1日の市民体育館を皮切りに開始した小生のブランチ訪問も、8月3日の三ヶ島を最終に無事終了することが出来ました。アクセス等にご協力を頂きました各位に深甚なる謝意を表します。

訪問させていただいた10のブランチの印象や感想をそれぞれ述べさせていただくスペースはないので、全体を通して感じた事柄に触れます。最初に、それぞれのブランチがことごとく、小生の久しぶりの訪問を大変歓迎して下さいました。ありがとうございました。心より御礼申し上げます。

そして各ブランチはブランチリーダーや世話人を中心に、本当に良く纏まって太極拳を楽しんでいたということです。特に稽古の内容では、通し稽古の合間の健身運動に工夫をこらし、特徴的であったことが印象的でした。クラブライフを楽しむ雰囲気を感じました。



テニス

無料体験会 開催

テニスサークルでは、会員拡大のため毎年3～4回の無料体験会を開催しています。本年度も2回早稲田大学テニスコートで開催し大勢の参加者があり一定の成果をあげています。

- ☆ 7月19日(日) 一般 24名 ジュニア 20名 計 44名
- ☆ 9月6日(日) 一般 21名 ジュニア 20名 計 41名 総合計 85名
- ※ 本年度後期新入会員 10名(内体験会参加者は9名でした。)



○ 次回開催

- ・ 10月12日(月・祝) 13:00～14:30 市営北野総合運動場テニスコート

ミニテニス

三ヶ島地区体育館 子供開放事業への参加

ミニテニスサークルでは、日頃の練習会場として三ヶ島地区体育館をお借りしています。今回は、同館を利用している一員として、同館主催の子供開放事業として9月12日(土)に行われた、ミニテニスについてゲーム指導のお手伝いを行いました。

参加者は、コート2面に対して約20名と大勢で、写真のようにご父兄の方々も一緒になって楽しんでいただきました。



終盤では、慣れたお子さんは進んで審判をするなどミニテニスを楽しんでいただきました。

そのため、終了時間が来てもラケットを持って離さず、名残惜しんでいるほどでした。

次回は来年3月にも子供開放事業 に協力する予定です。



秋だ！食欲だ！ウォーキングだ！

早稲田ウォーキングサークル



航空公園クラブ発足 10 周年記念イベント特集



航空公園クラブは、平成 17 年 6 月 23 日に誕生し、毎週木曜日に、航空公園を拠点としてウォーキングを楽しみ、今年 10 周年を迎えました。それを記念して、4 つのイベントを企画しました。



※春の北野天神

1. 6月18日：所沢歴史物語、小手指古戦場と北野天神を巡る 7.5 km

北野天神は社伝によると、景行天皇の御代に日本武尊が東征の折りここにニギハヤヒ・ヤチホコの二神を祀り、物部天神・国湊地祈神として尊称したと伝えられ、古来武蔵国の延喜式内社入間郡五座の一つに数えられていた由緒ある神社です。他に所沢の歴史を語る所を巡りました。

2. 6月25日：10周年記念ウォークラリー 航空公園を丸ごと歩こう 5.0 km



1 チーム 5 名でのチーム戦で、グランドゴルフや様々なゲームを楽しみ、クイズあり豪華景品ありの「ウォークラリー」を思いっきり楽しみました。

3. 9月17日：江戸の潮風そよぐ浜御殿と徳川家ゆかりの寺社めぐり 5.5 km



江戸時代の現存する汐入りの大名庭園である浜御殿(現浜離宮庭園)は、将軍家の鷹狩の場所でした。この浜御殿を中心に寺社めぐりをする予定でしたが、雨天のため中止になりました。

4. 10月8日：救命講習会



所沢生涯学習センターにて、大切な命を救うため、応急手当の知識と技術を身に着け「いざという時に」備えるために救命講習会を開催します。



遠出コースのご紹介



| 土曜日遠出 | コース名及び距離 | 木曜日遠出 | コース名及び距離 |
|-------|---|--------|---|
| 11月7日 | 再び飯能モミジバフウ+柏木山を歩く (山に登らない方 5.8km) 9.8km | 11月19日 | 紅葉の名所東郷公園を訪ねる 4.3km  |
| 12月5日 | 八王子城址と多摩御陵を訪ねる 8.1km  | 12月17日 | 赤穂浪士凱旋の道<第2回>:後半を 泉岳寺から迎える 6.8km  |
| 1月9日 | 川越七福神めぐり 7.5km | 1月21日 | 日本橋七福神めぐり 4.0km  |

1月の「七福神めぐり」は、1年のうちで1番人気の「遠出」イベントです。

さあ、あなたも、「無料体験」をされませんか！お問い合わせは、事務局まで。

※6月18日撮影



■香港彈網國際邀請賽 2015 香港 2015年7月17日・18日



香港で開催されました標記の大会に UFO コース 5名の選手が参加しました。全員が金メダルを受賞しました。団体も確実な演技を行った本田・橋本・勝田組が優勝しました。素晴らしい活躍でした。

| | | | | |
|----------|----------|---------|------------|------------|
| 成績 (左より) | 後藤 萌さん | シンクロ 1位 | 勝田 優莉奈さん | 個人 Bクラス 1位 |
| | 橋本 響さん | 団体 1位 | 個人 Aクラス 1位 | シンクロ 1位 |
| | 本田 雄輝さん | 団体 1位 | 個人 Bクラス 1位 | シンクロ 1位 |
| | 勝田 万里奈さん | 団体 1位 | 個人 Aクラス 1位 | シンクロ 1位 |

シルバークロスフィットネス

毎年秋恒例の、体力測定と MRI 測定検査を9月に行いました。
 今年は火・木・土曜日の夫々のトレーニング活動日に合わせて実施しました。
 14項目の体力測定と大腰筋のMRI測定です。
 筋力・瞬発力や柔軟性など、バランスのとれた体力と心肺持久性を目指している日頃のトレーニング成果を、数値で確認できる良い機会となっています。
 体力測定と共に、MRI検査による筋断面積の数値や、内臓及び皮下脂肪を自分の目で確認することによって、これからの一年間の夫々が、トレーニングに励む目標の良い道しるべとなっています。
 今日も「鍛えろ筋肉、皆で元気に！」のローガンを合言葉に、元気な明日を迎える為に心地良い汗をかいています。



※ 皆様も私達と楽しい汗をかいて、健康な身体を保ちながら、明るく齢を重ねていきませんか！！
 S. フィットネスサークルへの入会をお待ちしています。

第 16 回所沢市陸上競技選手権大会のお知らせ

日 時 2015 年 10 月 11 日 (日) 雨天決行 (荒天中止)
開会式 8:15～ 競技会場にて 競技開始 8:45～
会 場 早稲田大学所沢キャンパス 織田幹雄記念陸上競技場

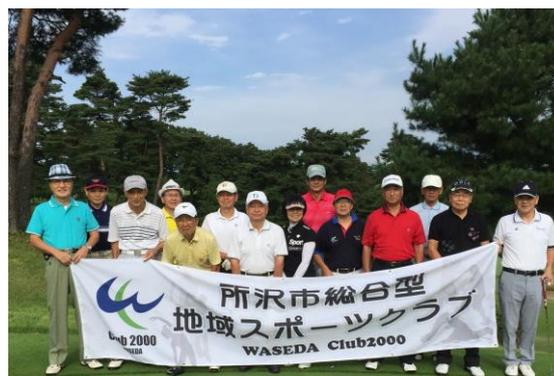
○Club2000「陸上」の選手も参加します。
是非、競技会場へ足を運んでいただき、声援をお願いいたします。

第 18 回 ゴルフ大会

8 月 19 日 (水) 晴天に恵まれ暑い一日となりましたが、参加の皆様には和気藹々楽しんでいただけたようです。7 月からの猛暑続きで、参加者が通常より少なく心配も有りましたが、皆様には元気浚刺としたプレーで大会を盛り上げて頂きました。結果は次の通りです。

優 勝 武井 秀雄 様
準優勝 宮下 文子 様
その他、ベスグロ、ニアピン、
ドラコン、ブービー等
各賞の表彰が行われました。

次回 19 回ゴルフ大会
3 月 16 日 (水) 開催予定です。



彩の国 SC ネットワーク クラブミーティング 2015

11 月 15 日 (日) 春日部市市民活動センターにおいて春日部市及び公益財団法人埼玉県体育協会共催の元、県内 86 の総合型地域スポーツクラブの関係者の情報交換会及び開催地(東部地区)周辺の市民に気軽にプログラム体験の機会を提供することを目的に開催される事になりました。

プログラム内容としては

- 新プログラム(大極舞・シナプソロジー体操)の体験会
- ITを活用した集客法の事例発表
- 松浪健四郎(元文部科学副大臣)による東京 2020 オリンピック・パラリンピックについての講演

Club2000 からは事務局長が参加予定です。



Club2000 2015年度 第2回運営委員会報告

9月14日(月) 18:30~

所沢市役所 6階 会議室

報告事項：総務部会 8/25開催の部会報告(運営委員について、クラブの活性化と今後の課題について検討)

企画財務部会 市民フェスティバル実行委員会の立上と一回目の委員会開催について

広報部会 10月1日発行号への進捗状況

事務局 会計報告(2015、8月末)、会員数報告、種目別活動報告、大学施設利用状況 ゴルフ大会報告等

協議事項；市民フェスティバル参加実施に向けての協力体制について

うどん販売 価格と販売日程の決定

ボウリング大会 11月25日開催決定

※運営委員会には各種目の運営委員が参加しています。

事務局からのお知らせとお願い

お知らせ：ホームページ開設いたしました。 <http://club2000waseda.com>

今後、内容を充実し、皆様にも参加していただけるようにしていきたいと思っています。

クラブハウスに印刷機が導入されました。各種目に関する印刷にご利用ください。

お願い：大学駐車場の利用に関する手続き等、事務局を通して行うこととなっています。

直接、事務センターへ問い合わせや手続きを行わないようお願いいたします。

今期、後期の会費等の引落が10月5日となっています。ご指定口座の残高の確認をお願いいたします。

現在、三ヶ島中学校は工事が行われています。車の方は正門駐車場にお願いいたします。

クラブは賛助会員の皆様に支えられています

イービーイーダイヤモンド株式会社

株式会社 第一印刷

株式会社 オキノヤ

社会福祉法人 東京コロニー

株式会社 皆進

株式会社 平塚モータース

株式会社 三響フルーツ製作所

株式会社 山中運動具店

株式会社 シンコー電機工業

株式会社 ロッシーニ

(50音順、敬称略)