



スポーツ No.70 クラブ通信

2017年10月1日発行

発行者：宮内孝知／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



所沢市 市民フェスティバルへのお誘い

10月28日(土) 29日(日) 航空公園



2017年10月28日・29日は所沢市民フェスティバルが航空公園で開催されます。クラブからの参加も恒例になりました。今年は、クラブのブースでもお祭り気分で「種目間交流」と市民の皆様に「所沢市にも総合型地域スポーツクラブが有るんだよ!」と呼び掛けるような事業を展開していきたいと思っています。是非是非、多くの会員の参加を期待しています。



10月28日(土) 種目ブースの開設

折角の15種目をしっかりとアピールしていきたい。

それぞれの種目でアイディアを出し合って、種目のアピールを致します。

大げさなことはできないけれど、きっと仲間の絆を深めることが出来るはず。

そんな成果を見に来てね!

そして一人でも多くの方に Club2000 を知ってもらおう!

どんな楽しみが待っているか期待してね。

懐かしい遊びやゲームの体験も考えています



市民フェスティバルは、ステージの催しや
フリマ、模擬店等、家族みんなで楽しめます。



10月29日(日) トランポリン

トランポリンチャレンジ

トランポリンを使って、いろいろなことにチャレンジしてみよう!!

体を動かすことの楽しさを感じてね!

内 容：10本ジャンプ・縄跳び・サイドステップ・ボール投げ

合計の上位チャレンジャーに景品を進呈

結果発表は12時と15時

時 間：①10時から12時 ②13時から15時

トランポリン 模範演技

① 10:50~11:00 ② 11:50~12:00 ③ 13:50~14:00 ④ 14:50~15:00

クラブの優秀選手が披露します。

指導者：公益財団法人日本体操協会 トランポリン公認コーチ・公認指導員

あつまれ! 小学生
各60名 合計120名
当日、チャレンジカードを配布します。



自分のために クラブのために 地域のために 総合型地域スポーツクラブとは何か (2)

早稲田大学スポーツ科学学術院 教授 作野 誠一



前号では、総合型地域スポーツクラブ（以下、総合型クラブ）とはどのようなクラブなのか、またこのようなクラブの設立によって、世代を超えた交流が生まれ、地域住民のスポーツ参加機会が増大し、さらには元気な高齢者が増加したなどのうれしい変化（効果）がみられるようになったことなどをお伝えしました。今回は、「コミュニティ志向型」（下表）とされる総合型クラブの特徴についてもう少し掘り下げ、私たちがクラブの会員としてできることについて考えてみたいと思います。

総合型クラブのような地域のクラブと民間のクラブ（企業）にはいろいろな違いがあります。最も大きな違いは、施設、プログラム、指導などのサービスを受けてその対価（料金）を支払うという関係にとどまらず、会員である私たち自身がさまざまな形でクラブづくりや運営にかかわるという点にあると思われます。最近では、地域課題（学校と地域の連携、健康増進・体力向上、子育て支援など）の解決も視野に入れるなど、地域のクラブはスポーツを通じて「新しい公共」を担うコミュニティの拠点となることも期待されていますが（スポーツ立国戦略,2010）、会員による自治的・自立的な活動がそのベースにあることはいうまでもありません。これに関連して「住民の、住民による、住民のためのスポーツクラブ」というフレーズも聞かれるようになっていきます。ここで「住民のクラブ」とは、クラブの所有、つまり地域住民が支えるクラブのことであり、「住民によるクラブ」とは、クラブの主体、つまり運営管理に住民参加が可能なクラブのこと、そして「住民のためのクラブ」とはクラブの対象、つまりすべての地域住民に開かれたクラブということを意味しています（恩田,2010）。このように書くと、クラブやサークルの運営に携わる会員のみが、クラブづくりや運営管理を担うのだと勘違いされるかもしれませんが、決してそうではありません。自分や家族のためだけでなく、他の会員やクラブのためにしてあげられることはたくさんあるはずです。日常的な活動の運営にかかわる仕事や手伝いのほかにも、たまに行う施設整備・清掃、各種イベントのちょっとした手伝い、クラブのために自分の考えを述べることで、果ては会員同士が大きな声であいさつをすることさえも立派な参画のかたちなのではないかと思うのです。要は、自分のためだけでなく他の会員やクラブのために何かしてあげること。もしこれがあ。たりまえになれば、総合型クラブでの経験は人びとの生活をより豊かなものにしてくれると思います

クラブ会員としての仕事や役割は、楽しいこともあります。ときに負担と感じたり面倒だと感じたりすることもあるでしょう。でも「誰かのために」という気持ちは地域のクラブを続けていくうえで、どうしても欠かすことができません。みなさんも会員としてクラブのためにできることを「1つ」探してみませんか。1,000人を超す会員が同じ思いを共有できたら、WASEDA Club2000は今よりもっとすばらしいクラブになると思うのです。

表 総合型地域スポーツクラブのエッセンス(清水,1998を修正)

従来型スポーツクラブ	総合型地域スポーツクラブ
特定の住民が対象→小規模型	すべての住民が対象→大規模型
渡り鳥型・短命型	定住型・長寿型
同質志向(異質性の排除) ・同一世代・同性型 ・単一種目型 ・単一目標型(閉鎖型) ・一面的な楽しさ追求型	異質性の共存 ・多世代・両性型 ・多種目型 ・多目標型(開放型) ・豊かさ追求型
独立型	交流型
自己欲求充足型	コミュニティ志向型

報 告

「広報ところざわ」10月号に WASEDA Club2000 が掲載されました。

所沢市が発行している「広報ところざわ」10月号に、私たちのクラブが特集記事として3頁にわたり掲載されました。

「体を動かしたいと思っているシニア世代」を対象とした記事にしたいという要請もあり、今回はウォーキングとグラウンド・ゴルフの種目が主体となった内容になっていますが、もちろん全15の種目が有ることが掲載されています。

ウォーキングは8月24日（木）航空公園、グラウンド・ゴルフは9月5日（火）北野総合運動場それぞれの活動日に取材を受けました。

また、8月29日（火）には早稲田大学に於いて、両種目ともご指導を頂いている荒木邦子先生に取材、専門家としてのお話なども掲載されています。

「広報ところざわ」10月号は市民フェスティバルでも来場者に配る予定をしています。市民の方にクラブを広く知っていただく良いチャンスではないでしょうか。

運営委員長 村田 敏次



フィットネス

『楽しみながらシェイプアップ、燃やせ体脂肪』

軽快な運動と楽しいおしゃべりで
マイペースに汗をかいています。



会員募集中

フィットネスサークルでは、約20名の会員が、毎週土曜日の午前10時00分～11時30分に早稲田大学スポーツホールで汗を流しています。

『お試し参加』や『見学』も随時お待ちしております。



トランポリン



全国高等学校大会
今泉和歌子選手（明星学園）
初参加



全日本ジュニア大会
勝田万里奈選手（右）
シンクロ部門で決勝進出



ジュニア、高校生、大学生と今年のメイン大会が終了しました。実力を発揮できず反省点の残る選手、今後の課題を見つけた選手、もっと練習に励まなくてはと感じた選手・・・各選手が目標に向けて練習に一層励むことを期待します。

全日本学生大会
本田雄輝選手
（立教大学）
Bクラス 3位

ホームページ

<http://www.waseda-trampoline.com>
情報満載、ぜひご覧になってください。

感謝

スポーツホールを夜間管理されていた金子様が退職されました。長い間、お疲れ様でした。





WILD359ers



～fun-土 (ニュースポーツ)～

夏休み明けの活動が始まりました！

夏休みが明け、9月2日から通常活動が再開しました。9月の種目は、子供たちに大人気の「ラート」です。昨年にやったことがある子ども、今年初めてやった子ども、新しい技にどんどんチャレンジしていました。今後の活動も、今年から取り入れた種目の「ミニテニス」や「ダブルダッチ」等を行なっていく予定です！



～Flags(フラッグフットボール)～

夏合宿が行われました！

8月24日～25日に入間市青少年活動センターにて、Flags 夏合宿が行われました。猛暑の中の練習は厳しいものでしたが、最後まで真剣に練習に取り組んでいました。もうすぐ開幕する秋の大会に向け、十分な練習ができ、良い機会だったと思います。次の大会は、6年生にとっては最後の大会となります。今まで練習したことを試合で発揮し、チーム一丸となって、勝利を目指します！



～Fan×Fun Factory(ダンス)～

中間発表会が行われました！

7月29日(土) 早稲田大学 所沢キャンパス スポーツホールにて Fan Fun Factory 中間発表会が行われました。4月に新メンバーを迎えて、初めての発表会でした。はじめは緊張していた子供たちでしたが、笑顔で元気に踊ることができました。これからの子供たちの成長が楽しみです！

また、今年度の発表会が3月18日に決まりました。夏休みが明け、新たな発表会に向け練習を頑張っています。直近では早稲田大学所沢キャンパス祭に参加します！応援よろしくお願いします！



★Flags は新しい仲間を募集中です(^^)

興味のある方は、flags.wild359ers@gmail.com へご連絡ください。

グラウンド・ゴルフ

WGCG 10周年記念事業



2007年10月に設立された「早稲田グラウンド・ゴルフサークル」は、10周年迎え「10周年記念事業推進実行委員会」を設置し、記念大会、記念グッズの作成、記念史の発行、記念パーティの実施等を実行委員会のメンバーが分担して計画準備中で、10月14日(土)早稲田大学生協ホールに、於いて、10周年記念パーティを開催予定です。

定例大会 7月18日(火)第40回定例大会が過去最多の84名の参加者で行われました。

《男性の部》
優勝 山口 恒生 72-T②
2位 小嶋 俊雄 76-T③
3位 中村 宏元 80-T②

《女性の部》
優勝 粕谷喜美江 71-T①
2位 沖田 正子 82-T①
3位 石井恵美子 83-T①

指導者資格認定試験 6月17、18日2017年度上級指導者資格認定試験に梅田忠彦、沖田正太郎、村山元一、山崎美佐子の4名受験、全員合格。WGCGの上級指導者資格認定者は26名となりました。

早稲田大学体育授業GG実技指導 今年も5/10～7/19日迄、授業日数延11日157名の幹事・指導員及び会員が、学生に楽しいグラウンド・ゴルフを普及し、授業最終日7/19日に25名の指導員が参加、指導員・学生の交換大会を楽しみました。

所沢市体育協会に加盟 平成27年度から準備すすめ、昨年5月18日に加盟申請手続中であつた「所沢市体育協会」に6月17日開催の市体育協会評議委員会において、加盟承認されました。

早稲田大学調査研究活動に協力 「WASEDA Club 2000」の女性会員に「機能性食品摂取と運動実施の効果」について調査研究の協力依頼、7月28日練習前にWGCG会員に説明会あり、15名の協力申し出がありました。



各地の大会に参加

★6/04(日)第18回小手指地区G・G大会(北野総合運動場)に42名参加。

上位入賞者 2位：渡辺由美子 4位：新井フサ 5位：小嶋俊雄

★6/29(木)コバトンさいたまっち(男・女ペア)大会(川越安比奈親水公園)6組12名

★8/09(土)「第2回ジュニア」の集い(熊谷スポーツ文化公園・熊谷ドーム)

体育授業指導の早大生2名参加。 上位入賞者 2位：藤本洋平

今後の予定 「カルチャーパーク多目的広場」の下半期(9～11月)利用予定

9/8(金)PM、18(月)AM・10/9(月)AM・11/17(金)PM、27(月)AM

☆10/06(金)「第19回所沢市連盟秋季G・G大会(北中運動場)

☆10/12(木)「第24回ふれあい熊谷G・G大会(熊谷スポーツ文化公園)

☆10/18(月)「第15回北本秋桜G・G大会(北本総合公園運動場)

☆10/24(火)「日帰り研修G・G大会」(富士河口湖・鳴沢 いきいき広場)

☆10/28(土)・29(日)所沢市民フェスティバルに参加(航空記念公園)

☆11/06(月)「第1回所沢市民G・G大会」(北中運動場)

ウォーキング

一般の方をお誘いしてウォーキングの楽しさを知って頂くのが、「オープン体験ウォーク」です。
1月6日(土)と12月21日(木)の「オープン体験ウォーク」の見どころを紹介させていただきます。

「亀戸七福神めぐりと亀戸中央公園のサザンカ」の見どころのご紹介〈1月6日(土)〉

◆**亀戸七福神**・・・亀戸七福神は、龍眼寺の布袋尊、江東天祖神社の福祿寿、普門院の毘沙門天、亀戸香取神社の恵比寿神と大国神、東覚寺の弁財天、常光寺の寿老人で構成されます。ここの七福神めぐりは明治42年(1909年)に始まり第二次世界大戦中に中断して一旦廃れましたが、昭和53年(1978年)に復活しました。寺社間の距離が近く短時間で廻れるのが特徴です。亀戸という地名にちなんだ『亀甲七福神あわせ』という絵あわせがあります。



◆**亀戸中央公園**・・・日立製作所亀戸工場のあった場所を買収・整備した都立公園で、A・B・Cの3地区に分かれています。A地区は時計台や遊具を中心としたエリアで、B地区は芝生広場や草木を中心に人工池があるエリア、C地区はテニスコートや多目的球技広場などスポーツ施設があるエリアとなっています。B地区とC地区は旧中川に面しており、川沿いの散策も楽しめます。江東区の花であるサザンカが多く植わっていて「サザンカの名所」として知られています。昭和55年(1980年)に開園され、面積は10.3haです。



※猫マークの遠出は、オープン体験ウォークです。参加される方は、事務局までお問い合わせ下さい。

〈遠出の日〉 〈遠出のコース〉 〈歩く距離〉 〈集合駅〉 〈集合時間〉

11月4日(土)	西武立川駅から晩秋の玉川上水緑道を歩く	7.7km				
11月16日(木)	文化人ゆかりの地荻窪、紅葉の太田黒公園等を巡る	5.9km				
12月2日(土)	皇居一周お堀と門巡り	7.2km				
12月21日(木)	名勝清澄庭園から隅田川沿いを築地まで	6.2km	清澄白川駅B1出口	10時		
1月6日(土)	亀戸七福神めぐりと亀戸中央公園のサザンカ	5.1km	錦糸町駅北口	10時		
1月11日(木)	山口の寺社をめぐるコース	6.9km				

「名勝清澄庭園から隅田川沿いを築地まで」の見どころのご紹介〈12月21日(木)〉

◇**清澄庭園**・・・江戸時代の豪商、紀伊國屋文左衛門の屋敷跡と伝わり大名屋敷を経て明治期に岩崎彌太郎が買い取り、造園工事を進めたのだそうです。清澄庭園は東京都の名勝に指定されていて庭園内は自然の緑で溢れており、とても癒やされます！「回遊式林泉庭園」であるこの庭園には、3つの中島を配した「泉水」と全国の産地から集めた「名石」が見どころです。



◇**築地本願寺**・1617(元和3)年、第12代宗主准如上人により浅草横山町に坊舎が建立。創建当時は、「浅草御堂」と呼ばれ、諸堂舎が整備されるにしたがって本願寺の別院としての役割を担うこととなり、1625(寛永2)年、本願寺の別院として江戸幕府から公認されました。1657(明暦3)年、「明暦の大火」と呼ばれる大火事で坊舎を焼失し、幕府の区画整理の為、元の場所への再建かなわず、替え地として用意されたのが、八丁堀の海上でした。そこで佃島の門徒が中心になり、本堂再建のために海を埋め立てて土地を築きました。それが「築地」という地名の由来となっています。



硬式テニス

無料体験会 早稲田大学所沢キャンパス テニスコート

9月10日 日曜日

会員募集の為、無料体験会を実施しました。

天気に恵まれ早稲田テニス部 OB 2 名のコーチの指導のもと、ジュニア 16 人、一般 13 人合計 29 人の体験会になりました。

今年はコート 3 面を使い比較的ゆったりとしたレッスンになりジュニア 1 面、一般初中級 1 面、上級者一面に別れて行いました。

上級者はテニス球出しマシンを使い、通常の活動に近い状態で実施しました。内容はストローク、ボレー、サーブ、ゲーム等実施しました。たくさんの方が入会してくれる事を希望しています。



ミニテニス

ミニテニスサークルでは、三ヶ島地区体育館が主催する子供ミニテニス教室について、毎年その事業に協力しています。今年度は、既に第 1 回を 6 月に実施し次回は来年 3 月に開催の予定です。クラブ員のお子様、お孫様でミニテニスに興味のある方は、是非ご参加下さい。お待ちしております。

その他に今年度は、当クラブの WILD 359ers のお子さん方にミニテニス教室を依頼され、11月4（土）11日（土）の 2 回にわたって三ヶ島小学校体育館で実施することとなりました。

また、我がサークルが主催する次回の交流大会は、秋季大会として 11月30日（木）所沢市民体育館メインアリーナにおいて、県内及び多摩地区のミニテニス愛好者をお招きして開催します。この大会には、平日にも関わらず毎回 200 名を超える方々に参加頂いており、その中には 80 才を超える方も居るなど、正に生涯スポーツとして楽しく体を動かせる競技だと言えます。クラブ員の皆様も時間がありましたら、カラフルなボールを打ち合う楽しいゲームをご見学頂きたいと思います。



シルバーフィットネス

入笠山ハイキング紀行

シルバーフィットネスでは、7月10日（月）入笠山ハイキングを実施した。このハイキングは、毎年1回実施している野外活動で、参加者は45名。

一行は、市内より貸切バスに乗り合わせ、中央高速で諏訪南 IC 経由し富士パノラマパーク駐車場に10時到着。

現地は、梅雨の合間の快晴で、絶好のハイキング日和。

ゴンドラで山頂駅（1780m）へ。準備運動後、健脚コース組とゆっくりコース組に分かれてスタートした。（内訳は、2/3 が健脚組、1/3 がゆっくり組）

入笠湿原では、御前橘、鋸草、等の可憐な花が見られた。さらに山道を沢沿いに進みお花畑に到着。ゆっくり組はここで大休止、持参の弁当で昼食。

健脚組はさらに急な山道へ、鎖場を過ぎて山頂（1955m）に到着。

360度の大パノラマは、富士山、北・中央・南アルプスが、眼下には、諏訪湖や周辺の町並みがみえた。

絶景を眺めながら昼食をとった後、湿原の傍の山彦荘でゆっくり組と合流し山野草公園で菖蒲などを楽しむ。

クールダウンの体操後、ゴンドラで下山したが、富士見町観光課からの冷えたトマトジュースの差し入れに一同感激。

午後6時頃、全員、怪我人、病人も無く所沢到着。

当日は、好天の中で自然を満喫し、気持ちも身体もリフレッシュ。

又、日頃のトレーニングの成果を確認できた一日でした。



事務局からのお知らせ

下期が始まります

2017年上期の活動も無事終了し、10月1日から下期の活動が始まります。

下期会費の引き落とし

口座からの引き落としは10月5日です。前日までに、ご入金いただきますよう、ご準備ください。

大学駐車場の利用

大学の駐車場を利用する方は、必ず申請が必要です。
無断利用について、
大学でも問題になっています。
クラブ事務局へ必ず申請してください。

うどん販売

例年同様、島原のうどんを販売いたします。
財源確保の目的として行っています。
とても美味しいうどんです。
種目の担当者を通して、お申し込みください。
＊別紙チラシをご確認ください。



第22回 ゴルフ大会 報告

8月24日（木）西武園ゴルフ場
女性7名を含む26名の参加で開催されました。天候にも恵まれ、和気藹々と楽しい一日となりました。

結果は次の通りです。（敬称略）

優勝：久間 千恵子 準優勝：加藤 満雄
ベストスコア：加藤 満雄
ニアピン：神野 高斉・清水 進
ドラコン：五本木 茂・清水 進



次回の大会でもお会いしましょう。

次回開催予定 2018年3月14日水曜日

クラブは賛助会員の皆様に支えられています

エービーイーダイヤモンド株式会社
株式会社 三響フルート製作所
株式会社 シンコー電機工業
株式会社 第一印刷

社会福祉法人 東京コロニー
株式会社 平塚モータース
株式会社 山中運動具店
株式会社 ロッシーニ

（50音順、敬称略）