



スポーツ No.79 クラブ通信

2020年1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

WASEDA Club 2000 万歳！！

初代会長 佐々木 秀幸



「光陰矢の如し」。私事です、早稲田大学を卒業できたのは1955年。その後公立中学校の教員10年を経た時に、陸連事務局長（早大競走部先輩）から、一度ヨーロッパのスポーツ事情を視察してみたらと勧められ、日本陸連の派遣の肩書で单身恐恐の態にて、スポーツ発祥の地と言われるギリシャ、オリンピアの古代遺跡発掘調査団へ合流したことが私の人生の方向付けとなりました。さらに帰国の途中、約1か月間諸国を遍歴し、学校中心に発展している日本の体育・スポーツと違い、地域住民が中心となって、大学などが施設を開放活用し、国（自治体）が要請したスポーツ指導者有資格者が指導にあたり、クラブハウスなどで、老若男女和気あいあい楽しんでいる状況を目の当たりにして、まさに「目から鱗が落ちる」思いでした。まさに地域クラブの原点をそこに見ることができたのです。

それらの経験を胸に温めて10年、早稲田大学人間科学部の教員として教職を得て、当時若かった宮内先生等と出会い、そしてやっとの思いで地域スポーツクラブづくりに着手する光栄に身を置くことができたわけです。

クラブ創立20周年を迎えることで、振り返るとき、国が求めてきた「総合型地域クラブ」のあるべき姿を整えていると驚嘆せざるを得ません。

クラブのスタート当時、新聞、テレビなどマスコミ界からの話題ともなり、大学からも多少の不安が寄せられたこともありましたが、当初の信念の通り、素晴らしいクラブとして全国の範として発展したことを誇りに思い、そして、ここまで支えて頂いた多くの関係者に感謝し、涙ながらに「おめでとう」と申しあげたい。

佐々木 秀幸 初代会長のプロフィール

1932年生まれ、秋田県出身。スポーツ解説者、指導者。早稲田大学教育学部（語学）卒業。学生時代は跳躍の選手として活躍。公立中学校教員10年間を含めて、東洋大学並びに早稲田大学教授など教育畑を歩む。その間には日本陸上競技連盟のコーチ、役員としてオリンピックに参加したほか、専務理事として組織の強化に奔走。1994年日本トライアスロン連合の初代理事長。現在は日本陸上競技連盟顧問、日本アンチドーピング機構評議員、元東京マラソン組織委員会事務総長、2004年に瑞宝小綬章受賞。現在、東京都杉並区在住。地元では井荻中学校陸上部指導員として陸上部のコーチや、同中、学校支援本部本部長など。

市民フェスティバル 実施報告

2019年10月26日（土）27日（日）2日間にわたり航空公園にて開催されました所沢市民フェスティバルに参加いたしました。

今年は各参加種目から提案されたゲームを含め7種のゲームを来場されたお子さんたち楽しんで頂くことができました。参加されたお子さんたちには参加賞としてお菓子を配りました。

クラブの宣伝用としてクリアファイルを作成し、中には「総合型地域スポーツクラブ」の内容を記載し、Club2000の活動を紹介いたしました。



実行委員の皆様には6回の会議、事前準備から当日早朝からのご協力を頂き、大変お疲れ様でした。反省点を踏まえて、来年は更に充実した事業としたいと思います。（実行委員長 金子）

キネシオテーピング講習会 実施報告

2019年12月8日（日）午前10時より早稲田大学所沢キャンパス武道場にて、キネシオテーピング協会講師川田先生、石川先生ご両名による指導で第2回目の講習会が受講者48名の参加のもと実施されました。

内山企画財務部会長の司会により村田運営委員長の挨拶に始まり、講師ご両名の紹介が行われた後、肩、腰、膝、下肢等の痛みについての講習が行われ、受講者全員楽しみながら実技体験していました。

終了後のアンケートの満足度では、非常に良かった、良かったとの合計人数が9割以上と高評価であったようです。また、今後の希望として、インナーマッスル講習、栄養学、筋肉の仕組み等、健康関連のイベントを望む声が多くありました。人生100年を楽しむためにも健康への意識が高いことが解りました。会員の皆様には、クラブのイベントについてご希望があれば、事務局までお申し出ください。



各部位の痛みについてご指導いただきました。

明けましておめでとう御座います。

本年は、当早稲田クラブ 2000 が創立されてから 20 年の、記念すべき年を迎えました。

そうした年頭のクラブ通信に、私達ミニテニスサークルの紹介をさせて頂く機会を与えて頂き、誠に光栄なことだと感謝致しています。

ミニテニスは、約 33 年前に立川市で考案された生涯スポーツです。ゲームは、体育館のバドミントンコートを使用し、ビーチボールを小さくした様な、直径 17 センチメートルのカラフルなビニール製のボールを、高さ 1 メートルのネットを挟んで、ラケットを用いて打ち合います。

打球は、総てワンバウンドしてから打ちます。そのため、子供から年輩者まで幅広い年代の方々が楽しめるスポーツです。更には、打球速度の早さの他、ボールの飛行に変化与えることなど、難度の高いゲームも楽しむことが出来ます。

私達のサークルは、創立当初から現在まで、約 15 人前後の少人数のメンバー構成です。日頃の練習は、三ヶ島地区体育館と小手指中学校体育館をお借りして、毎週火曜日と金曜日の 2 回、午後 7 時半から 9 時半までの 2 時間を基本に活動しています。

三ヶ島地区では、体育管理用団体の協力事業として、子供体験教室を毎年 2 回参加・実施し、ミニテニスの面白さを実感して頂くと共に、早稲田クラブ 2000 の存在をアピールしています。



(子供教室風景)



(基本練習風景)

その他、県内の他、遠くは岐阜、新潟、並びに秋田方面の交流大会にも参加し、ミニテニスを愛する仲間との交流を図っています。また、我がサークルでも交流大会を毎年開催しており、昨年も 11 月末には約 230 名以上の参加を得て、第 23 回目の大会を盛大に開催することが出来ました。



(交流大会の準備体操)



(交流大会の試合風景)

今後も、ミニテニスの楽しみを分かち合う仲間づくりを、一層広げて行きたいと思います。クラブ会員の皆様、ご家族様も機会がありましたら、練習会・交流大会にご参加下さい。お待ちしております。

フットサル

明けてましておめでとうございます！



活動概要

フットサル教室では、小学生を対象にフットサルを通してスポーツをすること、体を動かすことの楽しさを体感してもらうことを目的として活動しております。

コーチは早稲田大学公認のフットサルサークルに所属する学生が務めます。

練習メニュー

1～3年生の低学年クラスと4～6年生の高学年クラスに分かれて行います。

○ウォーミングアップ

準備体操に加え、鬼ごっこ・障害物リレーなど子供たちがより運動に親しみやすい工夫をしています

○前半～基礎練習～

主にパス・ドリブル・シュート練習を行います

○後半～ゲーム練習～

低学年クラスはみんなで一生懸命ボールを追いかけて、高学年クラスはコーチも混じってレベルアップした試合を行っています。



活動日・活動時間・活動場所

毎月2回 日曜日(決まり次第メールでお知らせしています)

10時～12時

早稲田大学スポーツホール



体験のお知らせ

フットサル教室では新規会員の募集を行っております。無料体験は活動日でしたらいつでも参加可能ですので、日程等詳細は事務局へお問い合わせください。

来年度の新一年生の体験も歓迎いたします。皆様の参加をお待ちしております!!

水 泳

明けてましておめでとうございます！

当教室は、水泳を通してスポーツを楽しむことを目的としています。

水中運動の特性を理解し、水泳に親しみながら、基本的な水泳能力を習得させるためのカリキュラムを展開しています。

年齢や技能レベルに応じてグループに分け、クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライの4泳法の習得を目指した指導を行っています。

◎令和2年度の教室予定

前期： 5月中旬～ 7月中旬（毎週1回：合計10回）

後期： 10月上旬～12月上旬（毎週1回：合計10回）

① 小学生コース

② 中学生コース

③ 成人コース

*教室の詳細につきましては半期ごとにお知らせします。



◎活動場所

早稲田大学 所沢キャンパス アクアアリーナ

◎教室の様子



水泳教室は2011年度から開始し、今年で10周年の節目の年です！

これからもどんどん水泳教室を盛り上げていきたいと思っています！

たくさんの水泳仲間を募集していますので、是非一度見学にお越しください！

「子どもゆめ基金」助成金事業

こんにちは！WILD359ers です！今回は第14回スポーツスクエアのご案内です。

このイベントは、まだみんなが聞いたこともないようなニュースポーツを体験できます！

大学生が丁寧に教えるのでご心配なく！普段一緒に活動している子も、そうでない子も、来年から参加を考えている子も、スタッフも、みんなで楽しめる時間にしましょう！！

《第14回スポーツスクエア》

日時：2020年 2月 2日(日) 9:30～16:30

場所：早稲田大学 所沢キャンパス スポーツホール

(西武池袋線小手指駅南口より「系統02」に乗車→「早稲田大学」下車)

対象：所沢市内の小学生

種目：キンボール、アルティメット、室内雪合戦

持ち物：体育館シューズ、昼食、飲み物、タオル、外履き用の袋、スリッパ(保護者の方用)

参加費：500円

お申込み

s.square2020@gmail.com

下記の情報をお書きの上でこちらのメールアドレスまでご応募ください

① 氏名(ふりがな) ②小学校名 ③学年 ④性別 ⑤住所 ⑥連絡先

※スポーツスクエアは子どもゆめ基金から助成金を受け、所沢市教育委員会から後援を得て、Club2000 が主催する事業で、WILD359ers が実施しています。

いろいろなニュースポーツを通じて、所沢の子供たちにより元気な心と体を持ってもらえるよう毎年開催しています。

スタッフ一同、ご応募お待ちしております！！



テニス



【市民フェスティバル】



10月26日、好天の下、所沢航空記念公園にて、市民フェスティバルが開催されました。今年のテニスクラブのイベントはボールつきです。子供用のラケット上でスポンジボールをバウンドさせ、回数を競うゲームです。ゲームに参加した子供たちは350人を超え、下は2歳から上は12歳、テニスクラブメンバーの手助けを借りながらも、全員が年齢に見合った目標回数をクリアしました。高学年では200回を超える強者もありました。また同時にジュニアコースへの入会勧誘パンフレットも配布しました。

【テニスフェスティバル】

翌10月27日、クラブのフェスティバルが北野総合運動場のテニスコート7面を借り切って実施されました。試合形式はダブルスでのトーナメント方式で、4ゲーム先取、女子ペアにはハンディキャップが与えられます。試合の参加者は38名で、ペアは抽選で決められました。鋭いサーブ、ボレー、スマッシュを決めるペアもいる中、年配者が多いクラブにあって、ロブや空きスペースを狙った“ゆるゆるボール”等多用され、中にはボールに向か



って猛ダッシュ、すってんころりんも見受けられましたが、おかげさまで全員ケガもなく終えることができました。激戦を勝ち抜いて優勝を果たした藤田知子、阿部豊子さん女性ペアにはかわいらしいトロフィーが贈呈されました。また残念ながら途中で敗れたペアは、更なる練習の積み重ねにより、来年の活躍を誓っていました。



テニスクラブでは随時会員を募集しています。詳細は事務局へお問い合わせ願います。TEL：04-2947-3481

ウォーキング

早稲田ウォーキングサークル (WWC) 20周年記念事業実行委員会報告

■早稲田ウォーキングサークル (WWC) は、設立以来 20 周年の節目を迎え、記念事業として下記の三つの企画を立ち上げ実施しました。

■記念ウォーキング旅行

実施日：2019 年 11 月 2 日 (土) 天候 晴 参加者数 81 名

コース：「霊峰富士を望み、錦秋の河口湖畔を歩く」 河口湖「猿回し劇場」前～八木崎公園 約 3.7km

「記念ウォーキング旅行」の実施日までの間、昨年 10 月以降に続いて発生した台風・豪雨の影響もあり、実施が危ぶまれましたが、当日は幸いにもさわやかな秋晴れに恵まれ、富士の秀麗な姿や、河口湖の美しい自然を眺めることができ、各自お喋りをしながら楽しくウォーキングができたことは何よりでした。

ウォーキング終了後は、会員相互の親善を図るため懇親会を開催し、参加した会員は皆、楽しそうにお酒を酌み交わし、またお喋りを楽しんでいた様子が印象的でした。



WWC ロゴ



Club2000 ロゴ

■記念品配布

健康な仲間にも恵まれ春夏秋冬歩いて、気がつけば 20 周年を迎えることとなりました。記念品配布実行委員会として、会員にアンケート調査を行い「T シャツ」が良いとの意見が多かったことから、実行委員会がカラー及びデザイン等について協議を重ねた結果、大学のスクールカラーのえんじ（臙脂）色を用い、表裏に早稲田ウォーキングサークル (WWC) と、Club2000 のロゴマーク（写真）をあしらった T シャツが出来上がり、昨年 7 月に会員全員に届けることができました。

通常のウォーキング活動時に、会員が着用している姿を見るにつけ、落ち着いたカラーとデザインも良かったと嬉しく思っています。

■所沢市内テーマウォーク 『所沢の川を歩くー東川、柳瀬川、六ツ家川』 ※現在も継続して順次実施中

『所沢の川を歩く』と題して、所沢市内を流れる 3 つの川を選び、全 9 回（東川 3 回、柳瀬川 5 回、六ツ家川 1 回）の記念ウォークを 2019 年 5 月から 2020 年 2 月までの期間で順次実施しています。昨年 12 月までに東川 3 回と柳瀬川 4 回の、計 7 回の予定を既に終え、今までに延べ 236 名（うち一般市民 25 名）の参加を得て、それぞれに新しい発見をしながらウォーキングを楽しんでいます。

残り 2 回を次の予定で行います。既に何回か参加されている方はもちろん、初めての方も是非一緒に歩きましょう。多くの方の参加をお待ちしています。（Club2000 会員以外の方の一般参加も歓迎します）

○柳瀬川 第 5 回目 1 月 13 日 (月祝) 【☂ 1 月 19 日 (日)】 距離：約 7km

・集合：和田東公園（東所沢駅より徒歩 5 分） 9:40～10:00 受付

※東所沢駅改札口にて 9:30～9:50 の間に集合場所への案内を行います。

・解散：新座駅南口公園（新座駅へ徒歩 3 分）

○六ツ家川 第 1 回 2 月 9 日 (日) 【☂ 2 月 16 日 (日)】 距離：約 8km

・集合：桜淵公園（下山口駅より徒歩 5 分） 9:10～9:30 受付

※下山口駅改札口にて 9:00～9:20 の間に集合場所への案内を行います。

・解散：小手指公民館（小手指駅南口までバス 10 分）

グラウンド・ゴルフ



第11回埼玉県西部地区グラウンド・ゴルフ大会 11月9日(土)川越市安比奈親水公園野球場



場で第11回埼玉県西部地区グラウンド・ゴルフ大会が松・竹コース583名の参加者で行われました。〈松コース男性の部〉WGGC斉藤文男68-③で優勝。松・竹各コースの男・女優勝者4名によるプレーオフが行われ見事総合優勝。早稲田グラウンド・ゴルフクラブ及び所沢市グラウンド・ゴルフ連盟、初の快挙となりました。

第49回定例グラウンド・ゴルフ大会 9月13日(火)北野総合運動場で第49回定例グラウンド・ゴルフ大会が79名の参加者で行われました。

《男性の部》

優勝 森ヶ崎三千男 57-④
2位 庄司 好弘 59-⑥
3位 山崎 光平 61-④

《女性の部》

優勝 萩原 民子 69-③
2位 高良 洋子 72-③
3位 木村 洋子 75-③



第50回記念定例グラウンド・ゴルフ大会 11月15日(金)北野総合運動場で秋晴れのもと、第50回記念定例グラウンド・ゴルフ大会が83名の多数の参加者で行われました。



第50回WGGC定例大会 北野総合運動場 令和元年11月15日(金)

《男性の部》

優勝 舟田 守男 67-③
2位 小暮 清信 70-④
3位 斉藤 文男 70-②

《女性の部》

優勝 森 眞寿美 68-③
2位 伊藤 玲子 71-①
3位 合津 文子 74-②



第23回所沢市連盟秋季グラウンド・ゴルフ大会 11月19日(火)北中運動場で第23回

所沢市連盟秋季グラウンド・ゴルフ交歓大会兼所沢東西郵便局長会共催

「所東西いっぱいやるCUP」が170名の参加者で行われました。

《男性の部》優勝 和智 正 65-⑤、6位 新川義光 72-②

《女性の部》3位 大野キヨ子 73-③、5位 河崎正子 76-②



今後の予定 令和2年3月4日(水)北中運動場第1・2グラウンドに於いて、第5回3市(所沢市・入間市・狭山市)交歓グラウンド・ゴルフ大会 予備日3月11日(水)

第27回ゴルフ大会



Club2000 主催

3月恒例「市民ゴルフ大会」日程は次の通りです。

3月18日(水) 7時受付 西武園ゴルフ場

定員 32名(先着順) 申込・問合せ: クラブ事務局 04-2947-3481

お知らせ

2020 東京オリンピック 事前合宿
早稲田大学施設利用案内

早稲田大学所沢キャンパスは、イタリア共和国オリンピックチームの事前トレーニングキャンプ地として提供されます。

その間、クラブでの借用施設も利用が出来なくなります。

2020年7月10日～8月10日
利用種目には事前に案内しております

取材協力

フリーペーパー『熟年ばんざい』の取材を受けました。
特集記事-健康と美の処方箋-

所沢市総合型地域スポーツクラブの紹介と種目の活動についても掲載されています。

12月5日にウォーキング、6日にはグラウンド・ゴルフの活動の取材があり、2020年1.2月号(12/19発行)に大きく取り上げられています。この情報誌は所沢市、入間市、狭山市の各家庭に配布されます。

多くの方にクラブを知っていただけることを期待しています。

 監査 鈴木 征男	公認指導員 新井 勇 ミニテニス代表	 日本ミニテニス協会 中田 ゆかり	 シルバーフィットネス クラブ一同	 ウォーキング サークル一同	 グラウンドゴルフ クラブ一同	 太極拳 クラブ一同	所沢 スターレーン 支配人 仲村 秀基 ☎ 04-2947-3101	やまぐち せいやま 航空公園店 ☎ 04-2947-5955	有限会社 オザワスポーツ ☎ 04-2933-6677
<u>クラブジャンパー</u> 注文を受け付けます。 クラブのロゴ入りジャンパーについて、ご要望にお応えし、ご希望の方への販売を行います。尚、受注生産となりますので返品・交換は出来ません。 サイズ M・L・LL(試着品あり) 価格 ¥2,100。 左胸にロゴマーク(写真) 背面にクラブ名が入ります。 問合せ、申込はクラブ事務局まで 04-2947-3481							 事務局長 金子 治彦	 副会長 村田 敏次	 会長 宮内 孝知

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 三響フルーツ製作所

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 ロッシー二

(50音順、敬称略)