

# げんきアップ通信

発行：2019年10月1日 編集 浦和東部地区元気アップネットワーク  
 連絡先：スマイルハウス浦和 電話 048-813-7710  
 HP：https://genkiupnw.webu.jp/ Facebook：/genkiup.urawaeast/

スポーツ & 健康マガジン (旧浦和SCニュース vol.224)

# 月刊 うらすぼ

第24号



発行：2019.10.1  
 NPO 法人浦和スポーツクラブ

info@urawasc.org https://urawasc.org  
 TEL:048-887-7140 FAX:048-677-7598

## 162名が健康チェック！

9月21日(土)、駒場体育館において第5回みんなの健康フェアを開催しました。

当日は、162名の方が体力測定、健康チェック、相談、体験と様々なプログラムに参加されました。中には、第1回からの連続参加の方もいました。各団体からの持ち寄りで行っているイベントですが、今後も継続して開催していけるように、協賛を募るなど、工夫していきたいと思えます。



体組成測定



各種相談コーナー



上体起こし！



脳の健康チェック

## ■みんなの学校「地域を学ぶコース！」

日時 9月7日  
 講話 埼玉の魅力って何？  
 講師 埼玉県観光課 芹澤 麻衣氏

9月の「地域を学ぶコース」は、前回に引き続き埼玉県県政出前講座として「埼玉の魅力」について学びました。



## ■「地域の力」を考える講座

これからの人生、無駄にせず、いかに楽しく暮らしていくか、一緒に考えませんか。

日時：10月5日(土) 10時～12時  
 場所：領家公民館2階 講座室  
 参加費：200円(資料代)

■元気アップネットワーク代表 井上誠さん  
**「助け合い活動で喜びのある日々の生活を求めて！」**

■おたっしや倶楽部 山崎きくえさん  
**「めぐり合い 自分らしく活動に参加して！」**

## ■元気アップサロンの予定

10月	11月
3日(木)10時～領家 レッツフォークダンス	1日(金)10時～ 領家公民館
10日(木)10時～大東 体に効く！ハタノ体操	7日(木)10時～ 木崎自治会館
15日(火)10時～領家 貯筋運動	14日(木)10時～ 大東公民館
23日(水)10時～南箇 お琴で癒されましょう	21日(木)10時～ 南箇公民館
	25日(金)10時～ 領家公民館

2019年2月から、浦和スポーツクラブが発行するスポーツ&健康マガジン月刊「うらすぼ」と、浦和東部地区元気アップネットワークの広報を合体しました。当面は2000～3000部を配布し、スポーツや運動、健康に関する様々な取組み情報、お知らせをとおして、地域の元気づくりに少しでも役立てばと考えています。配架して下さるお店や施設がありましたらお知らせください！

## みんなのスポーツ体験会

### いろいろあるって楽しい！

今年度で第2回となる「みんなのスポーツ体験会」を8月31日(土)に、駒場体育館で開催しました。

### ◆車いすバスケットボール体験

本太小ミニバスと本太中学校男子バスケットボール部も参加した他、当日の一般参加も多く、関心の高さがうかがえました。

バスケットボール専用の車いすの軽さに驚き、最初のうちは慣れない操作に戸惑いもありましたが、最後のミニゲームでは、上手に使いこなす姿もあり、ファインプレイに珍プレイもまじりあい、楽しい体験会となりました。

昨年度にひきつづき、車いすバスケットボールの埼玉ライオンズさん、首都大学東京さんにもご協力いただきました。ありがとうございました。



### ◆親子で真剣勝負！“ポッチャ”が面白い！

このところ人気が高まっている“ポッチャ”もやりました！

結果は、「やっぱりポッチャは面白い！」。体力の違いや年齢の違いを乗り越えて、真剣勝負の中でも大笑いが生まれるのがこの種目の面白さかもしれません。

小学校低学年の娘さん連れのパパさんが、これどういう競技ですか？と来られたので、簡単な説明のあと、さっそく親子対決！当然大人の勝ちと思うのですが、さにあらず・・・



圧勝を狙うパパさんの最後の一投が、娘さんのボールに当たり、コロコロと的球の近くに・・・結果、娘さんの勝利！

大のけぞりの瞬間が上の写真です(‘◇’)ゞ

### ◆いろいろなスポーツがある楽しさ

力や技を競うイメージが強いスポーツですが、一緒に楽しむスポーツもたくさんあります。会場では親子や友達と、新しいスポーツを楽しむ姿がたくさん見られました。

これからもこんな機会を増やしていきたいと思えます。



でのひらケットで楽しむスポーツ



驚くほど進むフロアカーリング





## ◆スポーツ鬼ごっこ全国大会出場決定！

9月23日(祝)に、浦和駒場体育館で開催された「埼玉県スポーツ鬼ごっこクラブ選手権」に、浦スポからも参戦！

U9(小学3年以下)とU12(小学6年以下)の2チームが参加し、両チームとも見事3位入賞！

両チームとも全国大会への出場を決定しました！



## ◆浦スポ スポーツ鬼ごっこは毎週金曜日18時～19時

のびのびスポーツ広場の中で、数年前に一つのプログラムとして取り入れたところ、定期プログラム化を望む声が高くなり、のびのびスポーツの後に実施することとなりました。

昔から、のびのびの子達は、鬼ごっこが大好きで、いろいろな鬼ごっこを楽しんでいます。

種目化したことで競技性が高まったことも確かですが、子ども達が自分たちで作戦を考え、全員が参加できるように工夫したりお互いをカバーしたりしているところも注目です！

最近、保護者チームも結成されて・・・ついには、埼玉県選抜に選ばれたパパもいます！

## ～スポーツ鬼ごっこ～

スポーツ鬼ごっこは、一般社団法人鬼ごっこ協会代表理事・羽崎泰男が、スポーツ的な要素を含ませて、従来の遊びの鬼ごっこに戦術や戦略を要するルールを加えた新しいスポーツ競技として開発されました。

平成22年(2010年)6月に、「一般社団法人鬼ごっこ協会」が設立され、新たなスポーツ競技として改めて注目されるようになりました。

当初は、子どもたちの基礎体力やチームワーク、コミュニケーション能力の向上などを目的とされて開発されたスポーツ鬼ごっこでしたが、その誕生から4年後の平成26年(2014年)には、スポーツ鬼ごっこの日本代表チームが誕生(現在は男子代表・女子代表・男子U-22代表が存在)します。そして平成27年(2015年)には初の国内リーグ「ONIリーグ」が設立され、現在6チームが参戦しているなど、着実にスポーツ競技としての歴史を積み重ねています。

また、スポーツ鬼ごっこ開発当初は子どもたちの参加がほとんどだったのが、近年になって大人の参加も徐々に増えてきました。子どもたちのチームだけではなく、大人のサークル活動も生まれてきています。



## 【訃報】松本暁司先生

浦和南高校で1969年に全国3冠(全国高校総体、国民体育大会、全国高校選手権)を成し遂げた監督として知られる松本暁司先生が、9月2日に亡くなりました。

松本先生は、浦和高校サッカー一部出身。現役時代はGKをされていて日本代表歴もありました。

実は、松本先生には、浦和スポーツクラブの設立準備委員会の副代表としてクラブ設立にもご尽力いただいています。

ご冥福をお祈り申し上げます。



浦スポ設立総会後の懇親会で故倉持理事長(左端)と熱く語り合う松本先生(右端) 1991年9月

## 浦高グラウンドの人工芝化にむけて！

クラブ設立以来、ユースの活動場所として、最近では星空スポーツ広場やスクールの場として活動させていただいている県立浦和高校のグラウンドの人工芝化にむけて、基金の募集が始まりました。

ふるさと納税の仕組みが適用されるため、どなたでも無理なく、今、お支払いの住民税や所得税の一部を、浦高の人工芝化の資金に振り向けられます！

砂塵の防止、雨でも利用できる、怪我の防止にもつながる人工芝化にむけて、浦スポも協力していきます。

皆さんもぜひご協力を！

(詳細は、浦高ホームページ参照)

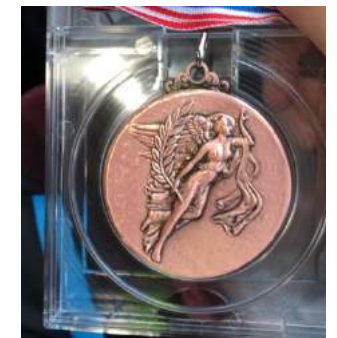


## 【ニュースから】埼玉デフサッカークラブ全国3位に！

みんなのサッカー交流会と一緒に盛り上げてくださった埼玉デフサッカークラブ。9月21～22日に鳥取で開催された全国大会で見事3位に輝かれました。

初戦で4得点をあげたFWを怪我で欠いて10人で戦った準決勝に敗れ、3位決定戦では、さらに負傷者がでて途中からは9人で戦われたようですが、粘り切ってPK戦で見事勝利！(監督は懐かしい池田ロボ！)

おめでとうございます！



## ■イベントスタッフ大募集中！

クラブでは、引き続きボランティアスタッフを募集しています！ 関心のある方はクラブまで電話を！ あなたのアイデアを活かすチャンスもあり！

- 10月12日(土) キッズテニス大会 in SAITAMA(駒場)
- 12月21日(土) 女子サッカー交流会(記念総合)
- 2月下旬(未定) みんなのサッカー体験会(埼玉スタ)
- 2月29日(土) 親子チャレンジスポーツ(記念総合)



みんなの健康フェアも多くのボランティアで成り立っています

## NPO法人正会員募集！

浦和スポーツクラブの正会員になって、私たちと一緒に、自分の、家族の、友人の、そして地域のスポーツライフを豊かにすることに取り組みませんか。好きなスポーツでつながる、明るくなる、元気になる、スポーツの不思議な魅力に、皆さんのアイデアを加えて、楽しまわしていきませんか。詳しくは、事務局にお問合せください。

NPO法人浦和スポーツクラブ(1991年設立)

0歳～92歳まで、1,000名を超える会員がサッカー、テニス、卓球、フィットネス、バドミントン、健康・体づくりなど多様なプログラムを、それぞれのニーズにあわせて楽しむ市民クラブ。

星空スポーツ広場など気軽に参加できる場や、部活動のサポートを行うとともに、浦和東部地区元気アップネットワークに参画し、スポーツや運動の視点から住民の健康づくりやつながりづくりに取り組んでいます。事務所とフィットネススタジオは領家郵便局の斜め前にあります！