

<vol. 141 の記事>

- 活動報告 スポーツの秋！ みなさん体動かしていますか？！
- 活動報告 学びの秋 みなさん頭動かしていますか？！



活動報告！ 体を動かそう！！

■見沼たんぼ一周を達成！ ノルディックウォーク

見沼たんぼ一周に挑戦している、ノルディックウォーキングコース。遠くまで見渡せる秋空のコスモス畑を背景に・・・。

運動だけでなく、目の保養、心の保養になりそうですね！^^！

今度は、お弁当をもった1日コース（赤山街道）に挑戦するそうです！



■幼稚園コース再開！ サッカー広場！！

9月から幼稚園コースも再開し、元気に活動しています。特に、年中生はボールにも慣れてきて、体も良く動くようになってきました。大学生コーチ達も、楽しそう！



■満天の星空まらぬ 満員の星空・・・

土曜日夜の星空スポーツ広場。10/20は、満員御礼…。天気が良かったのか、Jリーグが昼の試合だったせいかな・・・(^ ^)。150名を超える参加者が、体育館とグラウンドで、バドミントン、卓球、サッカー、バスケットボールで汗を流していました。

シニア運動教室で話しをきいて、参加してみた・・・という方が来られたのは、とても嬉しかったです。親子で、三世代で・・・一人でも友達とでも・・・誰でも一緒にスポーツができる、そんな地域につながればと思っています。



■サッカー生涯部門は、雨にも負けず・・・

サッカー生涯部門は、年齢制限なし！ 中学生以上いくつでも、一緒にサッカーを楽しめる方が参加条件！

ただし、シニアチームにはいって公式戦に出るためには、厳しい条件があります。40歳以上であること！

日曜夜の試合もあり！ しかも雨！ 寒さにも、翌日の仕事のプレッシャーにも負けず、楽しんでいます！



活動報告！ 頭も動かそう！！

■貯筋の後は、頭の健康づくり！

本太中学校の余裕教室をお借りしているシニア健康運動教室。運動の後は、きままにお茶会。

今回は、男性がたくさん残り、いろいろなお話しで盛り上がりました。本太中学校出身の方がいたり、お孫さんが本中生だったり・・・お互いの共通の知人がいたり・・・

話題は尽きないようです^^

科学的なデータをみても、みなさん筋力が高まっていることが示されていますが、貯筋運動の後のお話しで、頭もどんどん若返っています！^^！



■浦和区東部元気アップネットワーク

包括支援センタースマイルハウスさんとともに始めたネットワーク会議。10/27で第4回目を迎えました。

議論から実践へ・・・この地域の中高齢者の元気づくりのために、もっとこの活動を広げていこうと具体的な取り組みにむけた作戦会議になってきました。



■地域スポーツクラブ勉強会

10月13日(土)に「さいたま総合型地域スポーツクラブ第4回勉強会」を、浦和コミュニティセンターで開催しました。

今回は、岩手県北上市の総合型地域スポーツクラブ NPO 法人フォルダの司東道雄ゼネラルマネジャーを講師としてお迎えし、「クラブマネジメントと震災支援活動」をテーマに90分ほどお話を頂きました。

震災復興支援において、総合型地域スポーツクラブがどのようにして重要な役割を果たしているかを具体的な事例をもとにお話しされました。30名を越える参加者は真剣に耳を傾けていました。



活動報告 外でも活躍！！

■テニスプロジェクトは、ふじみの市でも活躍・・・

同じ県内のクラブとして交流をもってきた『ふじみ野ふあいぶるクラブ』からの協力要請を受け、キッズテニスイベントを開催。

今年で6回目を迎えるキッズテニス大会inSAITAMA（現在参加受付中）に、将来はふじみ野ふあいぶるからも参加者がいるといいですね！



ねんりんピック宮城・仙台に参戦！

10月13～15日に仙台を中心に開催された第25回全国健康福祉祭宮城・仙台大会（通称：ねんりんピック）に、テニス部門の萩原さん（副理事長）と鈴木三恵子さん（火曜日初心者クラスコーチ）が、さいたま市代表で参加！

予選リーグをグループトップで勝ち上がり、1位トーナメント1回戦で神戸市と対戦。マッチポイントをにぎりながらも、おしくも勝利を逃し、チームポイント1-2で敗戦（この後、神戸市は優勝！）



さいたま市のプラカードを持つエスコート役の女の子は19歳 専門学校生ボランティア。実家は石巻市で海岸線沿いの家は震災で流され家族は現在仮設住宅での生活だそうです。苦難にまげず、2日間、さいたま市チームを明るく笑顔で応援してくれました！

クラブからの情報発信ツール

- クラブニュース：過去のニュースはWEBに掲載
- facebook：<http://www.facebook.com/urawasc>
facebookでは、クラブの昔の写真を公表しています。
- メルマガも配信始めました：
無料です。携帯からも簡単登録。



子どものスポーツ支援プロジェクト9月分は、

¥ 87,000 —

をプロジェクトに送金いたしました。ご協力ありがとうございます。引き続きよろしくお祈りします。



2012年度、浦和スポーツクラブは、総合型地域スポーツクラブ活動助成を受けて活動しています。