

<Vol.72 の記事>

サッカーU - 15 新中1生 体験練習会受付中です！
中古テニスボール 市内の18の小学校・施設に！！
太極拳 シニアの方の無理ない運動！

【サッカー新中1生 大募集中！】

07年度にむけ、サッカーユースの新中1生を募集しています。

練習への体験参加を受け付けています。高校、大学、社会人で、全国大会を経験、優勝した実績ある指導者のもと、目先の勝利を求めず、年代に応じた体力と技術を身につけることに主眼をおいた本クラブのユースコースの練習を、ぜひ体験していただき、4月からの活動のステージとして本クラブを選択肢のひとつとしてお考えいただければ幸いです。

現在、U-15で活動しているメンバーから、小学生の皆さんに一言。

志田龍太（大谷口小卒 / MF）

体は小さいけれども根性で頑張っています。小学生の皆さん、楽しいクラブですよ。

斉藤大樹（大牧小卒 / MF）

入部したばかりですが、一生懸命がんばってます！

高杉賢治（大谷小卒 / MF）

人数は少ないですが、みんな一生懸命やっていて、とても楽しいクラブです。

喜田元哉（原山小卒 / FW）

浦スポは楽しいので、小学生の皆さん、ぜひはいつてください！

森太良（大谷口小卒 / MF）

しっかり練習して、今よりもっとうまくなりたい！

体験参加の詳細については、事務局までお問い合わせください。

曜日と時間：毎週水曜日 19時～21時

場所：浦和高校など

費用：2回まで無料

継続して参加される場合は、保険料等をいただきます。詳しくは、事務局までお問い合わせください

【中古テニスボール 市内の小学校に！】

クラブでは使用済みテニスボールの有効活用として学校や施設の椅子・机にテニスボールを付けるプログラムを推進しています。主な目的は以下のとおりです。

- 1 騒音防止
- 2 床に傷が付かない。
- 3 移動が楽である

このプログラムは、聴覚障害の養護学校からスタートしました。椅子や机が床に擦れる音を補聴器が大きく拾ってしまい、その音に恐怖を感じた子供が補聴器をはずしてしまうので、肝心な人の声が聞こえなくなってしまったという事態をなんとかしたい、ということで始まりました。そしてNPO法人グローバルスポーツアライアンス（GSA）が、通常の学校や施設でも有効ということで全国に広めつつあります。GSAは、地球環境と共存するスポーツ文化の創造と循環型社会の構築に貢献することを目的として活動をしているNPOです。

このプログラムを採用した学校や施設からは次のような声が届いています。

- 1 学校や施設全体が静かになった。
- 2 生徒が勉強に集中する様になった。
- 3 生徒が教員の話聞ききちゃんと聞くようになった。
- 4 荒れていた学校が落ち着いた。

浦和スポーツクラブでは、GSAの主旨に賛同し使用済みボールを大量に排出している民間の営業クラブと学校や施設の橋渡しをして、このプログラムを推進しようと考えています。

昨年の秋から始めたこの取り組みですが、すでに以下の18施設で図書室などの机・椅子にボールを取り付けてきました（写真は浦和高校）。

北浦和小・本太小・中尾小
大東小・大谷場東小・大牧小
西浦和小・宮前小馬宮西小
神田小・海老沼小・善前小
尾間木小・常盤北小・針ヶ谷小・木崎中・県立浦和高校・南箇公民館



このプログラムに興味を持たれた方はクラブまでご連絡ください。ボールに切り込みを入れてお届けします。なお、費用は一切かかりません（遠方の場合や大量の場合には、輸送方法や設置作業について相談させていただきます）。

昨年、埼玉県クラブフェスタで集めたテニスボールは1万個！ 学校丸ごと机と椅子に取り付けることができます！

【太極拳教室 シニアの方の無理ない運動に！】

現在、クラブの太極拳には、40代～80代まで、幅広い年齢の方が参加されています。

太極拳は、ゆっくりとした動きですが、腹式呼吸を基本としながら、手足を大きく曲げ伸ばしすることで、呼吸器官から足腰の強化にまで効果があるといわれています。

一見、運動量が少なそうですが、全身を動かす有酸素運動で、血行や新陳代謝が活発になります。

腹式呼吸の酸素摂取量は通常の呼吸の3～5倍。脳に酸素が行き渡って心を落ち着かせる効果をうみます。

また、手足を大きく動かすことで、転倒予防にも効果があります。

クラブの太極拳は、毎週土曜日午後3時～4時まで。

主に南箇公民館を会場にしています（北浦和公民館や本太公民館のときもあります）。

無料の体験参加も受け付けています。お爺ちゃんやお婆ちゃんにも、ぜひご紹介ください。お孫さんと一緒にクラブにはいって活動してみませんか！！

【サッカー広場 大久保コーチ卒業間近！】

大久保さんは、サッカーどころ静岡・藤枝市役所に勤務されていましたが、2年前に退職し、スポーツの勉強をするために筑波大学社会人大学院に入学されました。静岡大、藤枝市役所でフォワードとして活躍されながら、3級審判資格も取得されていたらしいです。縁あって、この2年間、サッカー広場のコーチになっていただくとともに、U-15の大会でも度々審判を担当していただきました。

この3月で大学院生活を終わられることから、大変残念ですが、皆さんともお別れとなってしまいます。大久保さんに、2年間の浦和スポーツクラブの感想をお伺いしました。

「上手い下手に関係なく、誰でもサッカーを通して遊べるサッカー広場は、とても素晴らしいと思います。

また、浦スポには、子どもからお年寄りまでサッカーができる環境があります。浦スポだけではなく、もっと全国にこういう場があるといいと思いますね。

広場のコンセプトは「遊び」ですが、「遊び」＝「いい加減」ではありません。ブラジルのロナウジーニョ選手の独創的なプレーは、ストリートサッカーが土

台となっています。人から教えられてできるものではなく、上手な人をまねたり、自分で考えたりする。それは、練習ではなく、遊びから生まれてきたものではないでしょうか。そういう意味で「遊び」は非常に大きな可能性を持っていると思いますね。」

2年間、みっちりとスポーツの勉強をされた大久保さんの、これからの活躍を期待したいと思います。

コーチに、審判にと、大変お世話になりました。ありがとうございました。

【三浦グランド周辺のゴミ拾いをしよう！！】

緑区区民会議の主催による、見沼たんぼのゴミ拾い「第2回キレイきれい大作戦」が以下の日程で開催されます。第1回は、06年3月に開催され、約200名の方が参加され、大崎公園、民家園周辺で実施されました。

第2回の今回は、緑区の北側の地域が対象です。浦スポも大いにお世話になっている三浦グランドも範囲に含まれています。

日ごろの感謝をこめて、クラブの皆さんとともにグランドのまわりの清掃をしませんか！（受付でグランドの付近を希望したい旨を教えてください）

日時：3月11日（日）10時～12時（受付9時半～）

集合：見沼臨時グランド

持ち物：軍手、火バサミのある方は持参ください

ゴミ袋：主催者側で準備

その他：お水と、記念品のタオルが配られます

【体操広場 2月23日に体験教室開催！】

毎週金曜日に行っているキンダーコーディネーション、名前がわかりにくいというご指摘を受け、四月から改名することにしました！あいコーチと中田コーチが、知恵を絞って考えた名前は「体操広場」。親しみやすい名前になったかなと思います。

新学年になるために卒業？するお子さんが多いため、新規会員を募集します！

2月23日に駒場体育館の第1体育室で体験教室を行います。15:00～は新年中・年長、16:00～は新小1・2・3を対象としています。

体験ご希望の方は事前に事務局までご連絡ください。

なお次年度は、テニスやサッカー広場などにも参加しているお子さんが、体操広場に参加する場合には、会費の割引制度を設ける事になりました。詳細は次回のニュースでお知らせします。

冬休みの1月5日、駒場体育館で行ないましたキンボール。お友だちを誘って来てくれたり、親子で参加していただいたりで、約20名で楽しく体を動かしました。広場のあいコーチ・中田コーチも参加し、大いに盛り上がりました。休日などに体育館がとれたときに、また開催したいと思います。