



福光スポーツクラブ ニュースレター

Vol. 68
25年7月

三浦雄一郎さん

80歳でエベレスト登頂成功！

昨年、10周年記念事業でご講演いただいた三浦 雄一郎さんが5月23日エベレスト登頂に成功されました。講演の中でもチャレンジを表明されていた三浦さんですが、70歳、75歳の登頂に続いて3回目の登頂成功で、世界最高齢の80歳での登頂に国民全員が祝福しました。

政府は10年前に内閣総理大臣表彰を授与していることから、今回は表彰を見送るということですが、三浦さんの名前を冠した賞の創設を検討しているとのこと。帰国後、次は8000m級の山でのスキー挑戦を表明され益々意気盛んなところをみせられ、福光にゆかりのある三浦さんの挑戦を、今後も応援したいものです。



平成25年度 福光スポーツクラブ総会

甲子園野球ツアーなど新イベントを企画！

5月19日（日）福光中央会館に、武田慎一県議、奥野芳隆福光行政センター長を来賓に迎え、平成25年度総会が開催されました。24年度事業並びに収支決算は、事務局の報告通り承認され、2,413万円余りの指定管理料を含む総額4,350万円の25年度事業計画と収支予算（案）が、原案通り可決承認され、新年度がスタートしました。

昨年、10周年記念講演と式典が盛大に開催されたことを報告し、年々繰越金が目減りしている現状の中で、20周年に向けての新たな取り組みについて説明がありました。また、収支改善に向けた質問や提言があり、会員増や経費節減に向けた取組みを説明し、ご理解頂きました。



今年もいろんなスポーツに挑戦するぞ！ ちびっ子スポーツスクール開講

福光スポーツ推進委員協議会と共催する「ちびっ子スポーツ教室」が、5月7日（火）福光体育館で開講しました。小学校の低学年期に様々なスポーツ活動を行うことで、運動能力と基礎体力の向上を図り、自主的にスポーツに取り組む意欲的な子どもの育成を目指しており、普段とは違う環境のなか他校の友達と触れあい、礼儀正しくたくましい子どもに成長することを願っております。

開講式後に“名刺交換ゲーム”、“鬼ごっこ”や“グループ作り競争”で軽い運動を行いました。

残念ながら2・3年生の参加者が少なく、合同開催ですが、11月上旬まで5～6種目の運動を体験しますので、講師の皆さんご指導よろしくお願い致します。



チャレンジデー2013

参加率47.2%

銀メダルで勝利!! 逗子市27.1%



梅雨入りを感じさせる蒸し暑い日となったチャレンジデーでしたが、参加された皆さんの明るい笑顔は、天気の影響など一瞬にして吹き飛ばす勢いがあり、早朝からファイナルまで、1日中イベントが行われ、元気な声が響いていました。来年は金メダルをとれるよう皆さんで運動しましょう！



チャレンジタワー



エアロビクス体験



ビッグロープJUMP!

「スラックライン」一緒にやろ～♪

今回のチャレンジデーでお披露目した「スラックライン」は2本のボールの間に張られたベルト状の綱の上を渡るものです。バランス感覚と体幹の強さが大切で、シンプルですが渡りきるのには難しいものです。友達を誘って挑戦しよう！



たかがラジオ体操、されどラジオ体操！？

全国ラジオ体操連盟公認1級ラジオ体操指導士の田中裕子先生による「正しい動きのラジオ体操を学ぼう」には、100余名が参加しました。慣れ親しんだラジオ体操も先生と一緒にやると「ホー、お腹を出さない」「お尻をキュッと締めて！ニッコリ笑って」と指導が入り、終わってみれば、背筋が伸び汗までかいていました。たかがラジオ体操と侮るなかれ！新鮮な発見が一杯でした。



今年の夏は甲子園へ行こう！

暑い、暑い夏の思い出をあなたに！

8月中旬に、甲子園で開催される高校野球観戦バスツアーを企画しています。この頃になると多分準々決勝あたりで面白い試合ばかりだと思います。子供に「どこへも連れて行ってもらえなかった。」と愚痴られる前に、また最近の私生活に刺激が欲しい、喝を入れたいと思い悩んでいるあなたにお薦めのイベントです。ひたむきに白球を追う彼らの姿がラムネとなってきっと、私たちの心の中に染み渡っていくことと思います。

詳細はチラシでご案内します、楽しみにお待ちください！



トレーニング室が更に充実！ パワーラック＆フラットベンチ

充実した器具が人気のトレーニング室に、ご要望が多かった「パワーラック」と「フラットベンチ」を追加しました。より安全に、より幅広くトレーニングに活用いただけるようになりました。たくさんの皆様のご利用をお待ちしております。



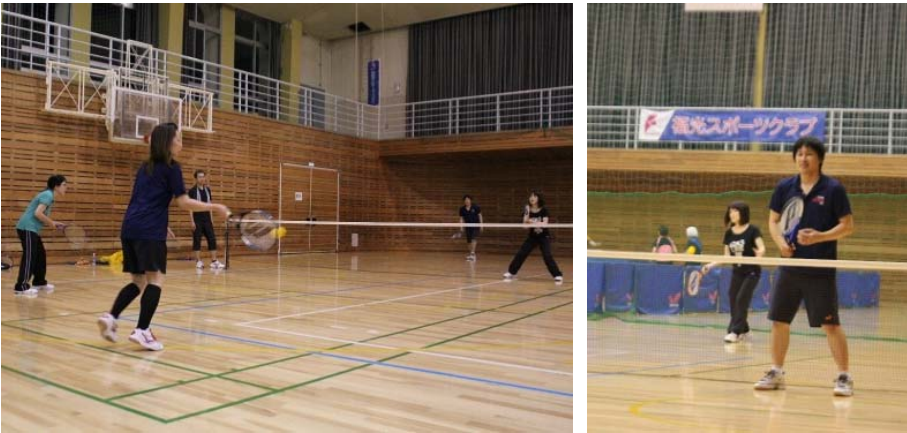
サークル団体紹介

フレッシュテニス

当サークルは以前、福光スポーツクラブで開講されていたフレッシュテニス教室の受講者を中心に、教室終了後も定期的に続けようと結成しました。現在、週1回4～6名の仲間と楽しんでいます。会員減少に悩んでいた（！？）時期もありましたが、最近新しい仲間が増え再び活気づいてきました。今後はさらに仲間を増やすこと、そしてみんなでオープン大会や交流大会に出場することが目標です。フレッシュテニスは富山県が発祥のスポーツで、室内で気軽に楽しむことができます。興味のある方は是非遊びに来てくださいね！

活 動 日：毎週金曜日 20時から21時30分まで

活動場所：福光体育館アリーナ



■ 救急救命講習会 ■

AED

4月26日（金）AED講習会を行いました。今まで、実際にAEDを使うことはありませんでしたが、時間とともに習ったことを忘れがちになります。万が一に備え、真剣な眼差しで救急救命方法を学びました。



指導者向け研修

錦織選手もやってる 話題の

コーディネーショントレーニング

今年から新たな取り組みとして指導者を対象にした「コーディネーショントレーニング研修会」を行います。コーディネーショントレーニングとは、運動神経を向上させるトレーニング法で、テニスの「錦織選手」も取り入れていたことで今話題となっています。研修会の日程が、決まり次第ご案内します。日頃、スポーツを指導している方々以外にも、一般の皆さんにご参加いただければ幸いです。

全国スポーツクラブ会議

in 越後むらかみ

5月18、19日（土、日）、井口理事長と林マネージャーが第7回全国スポーツクラブ会議 in 越後むらかみに参加しました。今回の全国大会は、「100年続くクラブを目指そう」のテーマのもと全国から900余名が参加するものでした。事例発表の中での「頼まれ事は試され事」という言葉は特に心に残り、クラブにいろいろなことを期待されていると同時に、試されているという意識で精一杯の対応を心掛け、地域に貢献できるクラブでありたいと感じました。また、全国で指定管理者制度が進む一方、財政難から減額を余儀なくされるケースもあり、当クラブも行政の理解を得るための働きかけ、事業活動や広報活動など各地のクラブから学び、皆さまに喜んでいただけるよう努力してまいります。



車上荒らしにご注意下さい！

福光体育館駐車場での車上荒らしについて、これまでも何度か注意をお願いしていますが、その後も起きています。鍵がかかっているのにガラスを割り、現金を奪うという手口です。皆さん、貴重品の管理には十分注意しましょう。不審な人を見かけたら事務所までご一報願います。

Break Time

先日、鎌倉へ行ってきました。そこで気づいたのですが、みなさんとても爽やか。地下駐車場のシルバー人材の人からしてまず違う。ん、この雰囲気は石原裕次郎か加山雄三？「湘南ボーイ」死語にも等しいこの言葉がいきなり頭の中に浮かびました。実際、ウインドサーフィンを楽しむぽっこりお腹のお父さんがいたり、海岸沿いの歩道を多くの人がランニングしていました。爽やか気質だからスポーツに興じるのか、はたまた、スポーツをするから爽やかになるのか……。以前都会の人の方が私たちと比べて健康的だと思った気がしますが、その通りだと思います。逆にエコバック運動はこちらの方が徹底しています。これはエコに対する関心もさることながら、ご近所の目をたぶんに意識しての結果だと思います。これからは、爽やか路線でまわりの目を気にして、エコ（スポーツダイエット）にも挑戦してみようと思います。福光ボーイと呼ばれるその日まで……。

NPO法人 福光スポーツクラブ事務局
南砺市福光体育館内
TEL 52-2831 FAX 52-7782
URL <http://www.fukumitsu-sc.com>
E-mail info@fukumitsu-sc.com

ご協賛いただいたサポーターの皆様をご紹介します。		イケダスポーツ	カラオケストック マドンナ
フレッシー たか 炎	リスト&リカー たか とん	ロ コ 2 1	ワタナベ 薬局
ふくみつ華山温泉	み ち 草	よ ろ づ や	赤池家具製作所
片 山 工 業 (株)	株式会社 オ カ ベ	(株) オ ヤ マ 自 動 車	(株) ガ ス コ ム ノ ム ラ
(株) 石 田 組	(株) 岩城自動車工業所	(株) 喜 ハ 食 品	株式会社 久 恵
(株) 松 本 建 材	株式会社 森 組	紙 居 石 油 (株)	髪結いたけだ
神 戸 屋 別 館	三協立山(株)三協アルミ福光工場	嶋 や 酒 店	松 月
谷村建具製作所	男子専科 舟 岡	中 越 鉄 工 (株)	手打ちうどん どんたく
飲み食い処 さかえ	日 嶋 精 型 (株)	日 西 建 材	日の出屋製菓産業(株)
矢 木 接 骨 院	焼肉 おばちゃん	安 谷 呉 服 店	山 本 紙 茶 店
(有)仕出しセンター あらやま	(有) 精 工 社	(有) 山 崎 冷 菓	(有)和多屋呉服店

カラオケまんぷく	サングリーン おおはし	チューモク (株)	トナリイヤルゴルフ倶楽部
か ん に ん や	た か た で ん き	た こ ハ	めく 森 の 郷
医王アローザ(株)	石 崎 家 具	伊 藤 昆 布 店	上 田 写 真 館
(株)タイヤガーデン福光	(株)ベネフレックス	(株)ユ ー コ ム	(株) ロ ン ウ ッ ド
(株)協栄モータース	(株)谷村電機工業	(株)電化のノハラ	(株) 土 居 建 設
川 合 田 温 泉	河合バット製作所	神 田 接 骨 院	喫 茶 和
白 馬 車	青 龍	太 嶋 建 設 (株)	田 中 組
兼海上動石崎保険事務所	得能建設工業(株)	南 砺 石 油 (株)	布の店 にしむら
福光農業協同組合	法 邑 接 骨 院	松本塗装工業(株)	道の駅 福光(株)
(有)ナカダ印刷	(有) か じ わ 屋	(有)上坂運動具製作所	(有) 坂 上 松 華 堂
吉 田 燃 料 店	旅 亭 み や 川	当クラブのホームページでもご紹介しております。	