



# 東大宮すぽくら通信

第32号平成23年10月  
編集・発行  
NPO法人東大宮スポーツクラブ  
〒880-0837  
宮崎市村角町島ノ前1346の1  
Tel (0985) 20-6122  
Fax (0985) 48-6133

## スポーツ基本法が6月に成立

皆さん、「スポーツ基本法」ってご存じですか？昭和30年代（東京オリンピック前）に制定された施設整備重視の基本法でしたが、50年ぶりに、このスポーツ基本法が改定され、スポーツの生活化に重点がおかれています。又、「スポーツ立国戦略」と同様、新たなスポーツ文化の確立を目指しています。

### 基本的な考え方として

#### 1. 「人（する人、観る人、支える（育てる）人の重視）」

すべての人々のスポーツ機会の確保、安全・公正にスポーツを行うことが出来る環境の整備

#### 2. 連携・協働の推進

・トップスポーツと、地域スポーツの好循環の創出

・新しい公共の形成等による社会全体でスポーツを支える基盤の整備

そして、5つの重点戦略の中の第一に「国民の誰もが、それぞれの体力や年齢、技術、興味・目的に応じて、いつでも、どこでも、いつまでもスポーツに親しむ事が出来る生涯スポーツ社会を実現する。」つまり、総合型地域スポーツクラブの推進が、第一に掲げられ、法律で総合型地域スポーツクラブの推進が保障されたのです。

ところで、日本の総合型地域スポーツクラブは、ドイツをモデルにして推進しています。ドイツでは、1950年代後半にスポーツ立国を目指す政策を提唱して15ヶ年計画で実施されました。その後も10年周期で新しいスローガンを掲げ、スポーツ振興キャンペーンに取り組んでいま

す。現在、9万1千のクラブに3千万人の会員が所属しています。

日本は、3千弱のクラブ数で、約70万人の会員です。ドイツには、まだまだ遠く及びませんが、「スポーツ基本法」の成立で総合型地域スポーツクラブの推進に勢いがつけば、当初の目標の1万のクラブ設立も可能になってくると思います。また、私達も次の世代に繋げられる希望が大きく膨らんで来ました。

早いもので、東大宮スポーツクラブも来年8月で10周年です。次の10年に向けた、新しいクラブづくりに取り組んでいきたいと考えています。会員の皆さん、地域の皆さん、一緒に東大宮スポーツクラブを盛り上げて行って下さい。

## お知らせ

### ◎たまご村元気湯杯ミニバレー大会◎

日時：11月23日(水) 勤労感謝の日

場所：未定（お問い合わせ下さい）



### ◎健康づくり

#### グラウンドゴルフ交歓大会◎

日時：12月7日(水)

場所：市民の森 西公園（予定）



奮ってご参加下さい。

詳しくは、下記までお問い合わせ下さい。

申込・お問い合わせ  
東大宮スポーツクラブ

事務局 電話 20-6122

携帯 090-7380-3256



# 新講座開設!! 会員募集

※クラブの講座は全て無料体験できます。  
お気軽にお問合せ下さい。

## おやこっ子運動教室

曜日：毎週木曜日  
時間：午前10時半～  
楳児童センター：秋本 範子先生  
大島児童館：馬場 一代先生  
月会費：1,500円

親子幼児体操教室です。楳地区にも教室ができました。大塚台でも、金曜日に同じ時間帯で行っています。見学OK

## ロコモ予防運動教室

曜日：毎週水曜日  
時間：午後6時～  
講師：理学療法士  
場所：野崎東病院  
月会費：1,000円

野崎東病院の理学療法士の方が専門的にロコモティブシンドロームを予防するための運動を指導してくれます。

## ダンベル体操

曜日：毎週金曜日  
時間：午後7時半～  
講師：桐井明子先生(他2名)  
場所：東大宮中体育館  
月会費：1,000円

ダンベルと言っても重いダンベルではありません。少しだけ負荷をかけて、筋力をアップさせましょう。

## ～転ばない体づくりの為に～

### 23年度 後期 介護予防運動教室

- 波島自治公民館  
10/3～ 毎週月曜日
- 火切塚自治公民館  
10/5～ 毎週水曜日
- 花ヶ島自治公民館
- 北花ヶ島自治公民館  
10/6～ 毎週木曜日
- 村角自治公民館  
10/7～ 毎週金曜日

時間：午前 9時半～ 血圧測定  
午前 10時 ～ 体操

- 東花ヶ島自治公民館  
10/6～ 毎週木曜日

時間：午後 1時半～ 血圧測定  
午後 2時 ～ 体操

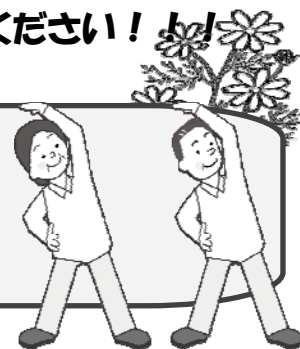
各教室、参加費100円が必要です

看護師さんによる、血圧測定や健康チェックを行ってから体操をはじめます。是非お越しください！

11月1日(火) スタート!

大島町自治公民館(本村)

毎週火曜日 午前9時半から



# 楽っ子クラブ(小学生教室) 夏休み報告

今年は、4日間の水泳教室を開催しました。  
水に慣れ親しみ、それぞれが  
目標を達成することができました。



都城市から講師を招き、  
コーディネーショント  
レーニングを行いました



スポーツチャンバラをしました。  
楽しかったです！！

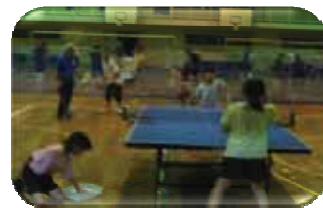
## 6/29 グランドゴルフ交歓大会

最高年齢93歳、参加数264名  
多くの方が楽しみにしていたこの大会、延  
期から1カ月後にやっと開催できました。  
晴天で試合の流れもスムーズ（さすがベテ  
ランの皆さん！）約4時間の試合を満喫さ  
れていました。



## 基礎・レベルアップのための 卓球「らんらん教室」開催中

地域シンボルスポート育成事業として、7月から12  
月まで、計10回の卓球教室を開催しています。小学  
生から中学生までの11名が、初心者は基礎を、経験  
者はレベルアップを目指して練習を頑張っています。



## ◆◆卓球交流大会に参加◆◆

9月11日に住吉スポーツクラブ主催の交流大会に卓球夜の部か  
ら小学生からベテランまで12名が参加しました。

毎週土曜日の夜に東大宮中学校体育館で  
練習をしています。保護者の方が率先して  
指導して下さい、子ども達は毎回充実した  
練習ができています。その成果もあってか、  
今回は多くの優勝・準優勝を獲得しました。



## 地区体育会よりご報告

宮崎市地区対抗ミニバレー大会が  
行われました。出場チームは  
39歳以下男子 花ヶ島  
39歳以下女子 花ヶ島  
40歳以上男子 火切塚  
40歳以上女子 花ヶ島  
60歳以上混成 北花ヶ島  
でした。大熱戦の結果、39歳以  
下女子が準優勝しました。  
おめでとうございます。

平成15年



平成15年8月30日  
東大宮スポーツクラブ設立  
平成19年4月2日  
NPO法人として、登記



平成18年

約1年間の準備期間を経てクラブは立ち上がりました。12講座から始まり、今では32講座(19種目)と7ヶ所の介護予防運動教室を開講しています。交流会、グランドゴルフ大会、ミニバレー大会、バレー大会等々のイベントや、新別府川堤防草刈り等も行ってきました。

## 平成24年にクラブは10周年を迎えます

10周年記念実行委員会を立ち上げたいと思います。  
そこで、実行委員を募集致します。

クラブの歴史に少しでも関わっていた方、これからのクラブを応援してみたい方、来年の10周年記念に向けて一緒に何か企画してみませんか？

講演会、ハイキング、旅行、交流大会、お祭り等々、皆さんとやってみたいことはありませんか？

お手伝い頂ける方、そして、色々な企画も募集します。

**一緒に、10周年をお祝いして頂ける方  
お待ちしております。**



平成20年

平成23年



クラブの **Tシャツ** ができました！！



胸元にオシャレなロゴの入ったTシャツができました。(左のロゴです)  
汗がべたつかない生地で、運動にもバッチリ。クラブの会員さんにとっても好評です。

### あとがき

いよいよ10周年を迎えます。クラブに関わり始めて、準備期間から入れると11年くらいになります。平成13年の研修から始まって、勉強会、アンケート調査、市や県への取組の説明、協力して頂ける方の募集、地域の方々への説明会等々を経て、ようやく設立。そして早や10年。役員一同、「年とったなー」と思うこの頃です。しかし、これからが正念場、若い世代の方に継いで頂けるよう、しっかりと土台を作り上げていきたいと思ひます。皆さん、これからも宜しくお願い致します。

