



サンクチュアリのきまぐれ通信

発行責任者 木暮広子
☎ 0482539700
✉ tfpkty2@nifty.com

1月27日
多世代交流企画
親子もシニアも歩こう♪走ろう♪
ウォーキング&かけっこ測定会



新年度にあたり、
Vol6・vol7に亘り
今までのサンクチュアリ
これからのサンクチュアリについて
相澤和江クラブマネージャー
に話してもらいました。



スポーツ・サンクチュアリ・川口は、川口市の親子・シニア・エアロビクスなどの教室卒業生が中心となって、平成4年から活動をはじめました。当初は川口エアロビックスクラブと名乗っていました。平成15年には法人格を取得し現在のNPO法人スポーツ・サンクチュアリ・川口となりました。



サンクチュアリとは「聖域」の意味。スポーツを純粋に楽しむ為の場（聖域）を作ろう！守ろう！というのが名称の由来。名付け親は、初代代表理事の渡部雄治です。



その後、ウォーキング、ピラティスやヨガ、介護予防などのプログラムも増え「0歳から100歳までみんなのスポーツクラブ」として皆さまの暮らしに寄り添っていただける総合型地域スポーツクラブとなりました。一般社団法人日本規格協会（JISマークで有名ですね！）よりアクティビティレジャー認証、川口市から介護予防「生き生きテイクサービス事業」受託、など社会活動に関しても、一歩一歩成長しているサンクチュアリですが、一番大切な活動は、主役である会員の皆さまが、日々の暮らしの一部として楽しくからだを動かすためにある毎日のプログラムの管理と運営です。

実は、現在、全国に総合型地域スポーツクラブは3,700団体もあるそうです。

スポーツ庁は、東京オリンピック・パラリンピックの2020年を契機に、この全国のクラブの登録制度を始める検討をしています。実は当クラブのクラブマネージャー相澤和江は、公益財団法人日本スポーツ協会のこの登録制度についての調査・検討会議の委員や、全国の総合型地域スポーツクラブの組織である「SCネットワーク」の副幹事長など務めています。その基本理念は、「スポーツを核とした豊かなコミュニティの創造」。全国には、これを目指し、志を共にするクラブ同志の「繋がり」があります。

じつは、この「繋がり」を会員の皆さまとも共有することが、クラブマネージャー相澤の現在の夢です。2016年の熊本地震の際には会員の皆さまにご協力頂いたチャリティで、被害にあったクラブさんへ寄付を送らせて頂きましたが、心のもった義援金を直接被害にあった方々に使っていただくことが出来たのは、この「繋がり」があったことでした。

次号では今後検討している企画内容をご紹介しますとおもいます。
To be continued お楽しみに。

NPO法人スポーツ・サンクチュアリ・川口では、毎年様々なイベントを開催して、参加していただいている皆様には毎回大変喜んで頂いています。今回は多世代交流を目的として、子どもたちからシニア世代の方まで楽しんで頂ける様に、子どもたちにはかけっこ測定、シニアの方にはウォーキング測定をしていただき、ご自身の歩き方の癖や、癖の改善について教えてもらいました。そして、測定後には子どもも大人も鬼ごっこ!! 「スポーツ鬼ごっこ」とは。。。
【スポーツ鬼ごっこ(Sports Onigokko)は、一般社団法人鬼ごっこ協会代表理事・羽崎泰男が開発したオリジナルの新型鬼ごっこである。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である。子どもたちのコミュニケーション能力やチームワーク、勝負意識を身につけてもらうことを目的とする。現在子どもから大人、高齢者まで幅広い世代に親しまれている。Wikipediaより】シニアの方への安全も配慮した鬼ごっこで、子どもたちよりも、大人の鬼ごっこは白熱した戦いになりました(笑)スタッフも参戦し、参加者と一緒になり楽しませてもらいました。参加者は、ベビーカーに乗った赤ちゃんから90歳まで多世代でのイベントになりました。



和先生のレッスン
毎週火曜日
武道センターにて
9時30から
★筆者木暮の大好きな
レッスンでしょっちゅう顔
を出しています。
気持ち良く汗を流したい
方にお勧めプログラム
です。

サンクチュアリ表彰されました♪

サンクチュアリ子どもクラス
6年生を送る会



3月3日
川口市明るい街づくり
運動推進大会にて
川口市
青少年保護育成本部より
青少年育成優良団体賞
をいただきました。



1月26日
川口レクリエーション協会
より
特別功労賞を
いただきました



3月23日
アクティブフィットclubイベントで
横須賀 猿島と三笠公園
美味しいランチの旅行に行ってきました。



エアロピクスを通しての基礎体力作り。
どのクラスも
みんな仲良く、楽しく、元気！！
先生はみんなから沢山の元気を
もらっています。
今年は4名が卒業(内1名は
中高生クラスで継続、頑張ります)
卒業おめでとうございます。
出会いもあれば別れもある、
少し寂しいですね。。。(泣)
ゆきせんせいより



私たちはスポーツ振興くじ
助成を受けています。

☆おまけクイズ☆

お父さんカエルはケロケロ鳴きます。
お母さんカエルもケロケロ鳴きます。
さてその子どもはなんと鳴くでしょうか？

カメ 🍌 ラクダ 🐪 サイ 🐘 が買い物をしています。
さて何を買っているでしょうか？

かめらください 続けて読むと？ 答え カメラでした♪



インストラクター紹介第4弾長谷川和美先生

♡担当クラス♡

ピラティス
毎週木曜日19時～
武道センター

♡資格♡

- ・健康運動実践指導士
- ・タイ古式ホームマッサージセラピーコース終了
- ・PFAベーシックピラティス公認講師
- ・PFAアドバンスヨガ公認講師



♡自己紹介♡

(通称 ラビ)
運動に従事する事10年を迎えました。
心と身を元気に！
不安や心配を自信や成果に！
を心掛けています。
夜のクラスですが、心地よい疲労感と、
リフレッシュしてみませんか！
《趣味》旅行、御朱印収集

★筆者木暮から見たラビちゃん★

明るく、ダイナミックで、人生相談にもものってくれるラビちゃんはビール大好き(笑)
そんなラビ先生に会いたくなったら、木曜日19時に武道センターに行ってみてください(#.#)

