



ゆめフル便り

第10号
平成25年12月

<http://www.taketoyo-sc.jp/>

発行 ゆめフルたけとよスポーツクラブ
会員数 994人 (11月末日現在)

教室参加者の声です

☆☆ Jr.新体操 ☆☆

私が新体操に入った理由は、中学校の新体操部でいろんな技ができるようになりたいからです。また、技ができるようになって、いろんな大会に出場したいからです。そんなことをいきなりできるわけじゃないので、ゆめフルの新体操をとおして、中学校までの基本を学び、技や体だけでなく、心も鍛えて、中学校でいろんな技ができて、いろんな大会に出られるように、これからも頑張っていきたいです。

(緑小6年 さわだまゆ 澤田真優)



☆☆ エアロビクス ☆☆

ワイ☆今日はエアロビだ～～！！

毎週木曜日 PM7時から60分、体育館で体を動かしています。まずは、軽く準備運動で身体をほぐします。最初はゆっくり、しだいに手足を大きく動かし、さらに別の動きを加えていくので、気がつけば、まわりの人と違う動きをしている私？そんな時、先生はこちらを見て「ニコッ」、大丈夫、大丈夫。足だけでも動きを止めないでね。「ハ～イ、ゴメンナサ～イ」。とにかく、毎回こんな感じであっという間に時間がすぎてしまいます。

(60代女性)

☆☆ 男性のための健康体操 ☆☆

死ぬまで人の手を借りずに自分の力で自分の体を動かせるようにする。それがこの体操の目的とするところ。大げさにいってこの体操は「命の体操」といえるかもしれない。

二年間続けてきたが、時々ある腰、膝などの違和感も少なくなり快適。近頃は普段の体の動きや姿勢にも留意するようになり、いよいよ充実している。それに、優しく元気な先生、指導陣。時間中は皆の笑顔が絶えない。いつまでも元気でいたい諸君、いざ来たれ！！

(70歳男性)



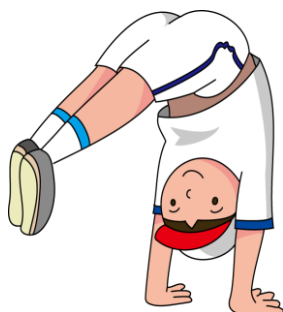
☆☆ ディスクドッチ ☆☆

僕たちはディスクドッチをがんばっています。今、大会に向けて練習をがんばっています。パスを基本として、みんなで強くなっていきたいです。（武小 6年 男子）

楽しいので、ぜひ入ってください。おもしろいキャプテンとゆかいな仲間が待っています。（武小 6年 男子）



☆☆ Jr体操(衣小) ☆☆



体を動かすことが大好きで始めましたが、なかなか最初は恥ずかしくて先生に声をかけてもらっても母から離れようとせず、並ぶ事すらできず、続くのか心配でした。少しずつではあるけれど、開放的な雰囲気にも慣れ、列に入って並ぶ事も自分でできるようになってきました。

しっかりとした技術を持ち、サポートのできる先生のもと、「今日がんばるぞ!」とはりきって通っています。成長しているなど実感しています。

☆☆ 中学新体操 ☆☆

私は新体操部に入り、最高の仲間と出会うことができました。思うように技ができず、くじけそうになるときもありましたが、仲間同士で励まし合い、いろいろなことも乗り越えることができました。これからの日々もそんな仲間を大切に、たくさんの思い出をみんなでつくっていきたいです。

（武中 2年 高橋 亜美）



ソフトテニスを経験しました

私はソフトテニス体験で、最初は素振りの練習をしました。素振りの練習は、この体験ですごく必要なことなのでがんばりました。さらに、うれしいこともありました。それはサーブとラリーです。サーブは枠内に入るとうれしいし、ラリーは交互に何回も打てると「また、やりたい」といううれしさがこみ上げてきます。

それに、前衛は怖いけど、その怖さを忘れて打てると楽しいし、反射神経が鍛えられるような気がして、さらに楽しくなりました。

（緑小 6年 女子）



☆☆ キャンプ ☆☆

私は8月28日～30日まで、キャンプに行きました。私は、去年も行ってすごく楽しかったので今年も行きました。1日目は友達とバドミントン・ビーチバレー・ミサンガ作りをやりました。その後川にも遊びに行きました。水はすごく冷たくて気持ちよくて楽しかったです。1日目の夜は自分たちで「野菜炒め」「たまごスープ」を作って食べました。2日目は、また川に行ったり夜はファイヤーをしたり花火をしたりして2日目もすごく楽しかったです。3日目は、お別れの日でした。お別れはすごく寂しかったです。今年もすごく楽しかったので来年も行きたいです。楽しかったー
ありがとうー。 (衣小4年 大森美空)



8月28日～30日に、キャンプに行きました。みくちゃんとバドミントン・ビーチバレーをしました。その後は飯水で焼きマッシュマロを作って食べました。柔らかくておいしかったです。食べた後は横の川に行きました。川の水は冷たかったけど気持ちよかったです。その後は、もえちゃん、みくちゃんとゼリーづくり、ホットケーキづくりをしました。2日目はウエストーン下流に行きました。着替えた後はCrが作ってくれたお好み焼きを食べました。その後のファイヤー準備をしました。ファイヤーの時は寝ていたそうです。3日目は朝ごはんを食べた後にバドミントンをしました。振り返りタイムの時にCrからプレゼントがありました。お昼ごはん食べた後に荷物をまとめました。2泊3日はあつという間だったけどすごく楽しかったです。来年も行きたいです。 (衣小4年 澤田美奈子)



今年は25名という少ない募集人員の枠に対し、大勢の希望者がいらっしゃってこちらとしてはうれしい限りです。

今年はスーパーリーダー忍者あぶらーしかがPDとなって、みんなを引っ張ってくれました。Beforeからキャンプまで、短いようで中身の濃い期間を一緒に過ごせて、とても楽しかったです。子どもたちは、キャンプでしか出来ない遊びをして、とても楽しんでいる様子でした。参加してくれた方々、ありがとうございました！

(日本福祉大学あすなろキャンプの会 らっど)



今年のキャンプは本当に楽しかったです。最初はみんながみんな緊張していましたが、どんどん打ち解けていって一緒に笑いあえるようになり、うれしく思いました。また、キャンプ中子どもたちに、「〇〇やる？」と聞くと目を輝かせて遊んでくれたのも、とても印象的でした。キャンプファイヤー、野外炊飯、自分たちで一から作るお化け屋敷など、キャンプでしか味わえないものを参加者全員で楽しめる、最高に充実したキャンプでした。

(日本福祉大学あすなろキャンプの会 あぶらーしか)

