

逆小校区スポーツ活動推進協議会 『スポーツクラブ21ゆずり葉』案内・告知板

スポーツで健康づくり!!! 歩いて健康づくり!!! 歌って健康づくり!!!

健康ハイキング「裏山登山」のご案内

昨年度まで「今月の裏山登山」としてチラシ・ポスターを広報板・掲示板へ掲出していましたが、今年度から廃止したとたん健康ハイキングの参加者が減ってしまいました。やはりチラシ・ポスターをご覧になることが、参加の動機付けになっていたのかな、と思っているところです。それでもきちんと毎日曜日朝9時に集合して下さる方々には、本当に頭が下がります。という訳で改めて健康ハイキングのご案内を申し上げます。

- ・毎月第1・第3日曜日は、ゆずり葉ピーク散策ハイキングで、約1時間歩きます。
- ・毎月第2・第4日曜日は、行者山東観峰登山ハイキングで、約2時間歩きます。
- ・第5日曜日があるときは、ミステリー・ハイキングというお弁当持参で遠出するイベントで、行き先は当日集合時に発表します。

また従来ゆずり葉コミュニティの各ブロックで主催していた健康ハイキングも、スポーツクラブ21の支部催事として一括付保の対象にしていたところ、ブロック制の廃止で宙に浮いてしまいました。年内にも逆瀬台小学校区健康づくり推進会議が発足しましたら(第2面参照)、各自治会・各集合住宅単位で健康ハイキングを実施される場合も、一括付保の手続きを検討して行きたいと考えております。

兵庫県立宝塚西谷の森公園を散策

健康ハイキング『裏山登山』は毎日曜日に実施していますが(別記参照)、まれにある第5日曜日は『ミステリー・ハイキング』として昼食持参の遠出ハイキングに当てています。

8月31日は久しぶりの第5日曜日になったので、9時にゆずり葉森の広場へ集合後、車2台に8名が分乗して兵庫県立宝塚西谷の森公園へ遠出しました。30分ほどで東の谷管理棟前の入り口に到着。去る7月27日(日)にオープンしたばかりとか、日曜日にもかかわらず人影もまばらでした。

まず谷筋を進み、途中でスイッチ・バックして峠の東屋に出て、後は尾根筋を展望台へ上ります。この尾根筋の真ん中辺りに巨大な一枚岩のいわゆる馬の背があり、これは檜ヶ峰連山にある馬の背に比べて何倍もの見事なものでした。しかし昔から炭焼き材を切り出したりの里山管理が徹底していた所為か、実に明るい疎林の連続で、我等が行者山ハイキングコースの方がよほど深山幽谷の趣があると、お郷自慢の話になりました。しかし標高350メートルの展望台から360度のパノラマを眺めると、これは一見の価値があると納得しました。

西の谷管理棟へ下ると、ここは農村風景を再現するいろんな施設があり、この日は乳母車に幼児を乗せたグループが来場していて、これは子供たちを遊ばせる憩いの場所になるなという思いがしました。



逆瀬台2丁目深田撮影

逆瀬台小学校区卓球交流大会を開催

震災後発足してもう10年以上の歴史を持つ光ガ丘自治会公認サークル「光ガ丘卓球クラブ」と、逆小校区スポーツ活動推進協議会「スポーツクラブ21ゆずり葉」のスポーツ教習活動として発足したばかりの「ゆずり葉卓球教室」とで交流試合をしようという話は早くから、行者山東観峰新年登頂の際に小橋代表(当時)が言い出していましたが、この度やっと開催に漕ぎ着けることができました。

ゆずり葉卓球教室のAチーム(久原正基・政清節子・藤岡信次郎・田辺保・堀田倫子・井内愛子・國司美智子・禮場悠子・椎葉陽子)、同Bチーム(國司恒雄・阿部晏枝・伊藤喜代子・金田美智枝・吉井恵子・栗山順・菅野初美・吉田登美子・笠原宏希)、光ガ丘卓球クラブのCチーム(河中健七・河中清子・吉見三悟・梶元康子・小橋光子・小橋邦彦・村野千枝・高橋隆斗・河野育人)の27名と応援団多数が、8月23日(土曜日)9時に逆瀬台小学校体育館へ集合、ダブルスによる変則リーグ戦を行いました。

戦績はさすがに歴史の古い光ガ丘卓球クラブCチームが優勝し、参加者一同は「ぜひまたやりましょう」と意見の一致を見ました。



納涼・健康カラオケ大会開催

本会教習部会「ゆずり葉健康カラオケ教室」とゆずり葉コミュニティ活動局登録「ゆずり葉健康カラオケサロン」の共催で、暑い真っ盛りの7月30日(水曜日)11時から17時に、逆瀬台デイサービスセンター2階地域交流スペースの多目的ホールで、16名が参加して開場しました。

30名は入るスペースがありますので、ぜひ次回の健康カラオケ忘年会へご参加下さい。なんとと言っても一杯やりながらカラオケ・スナックの雰囲気を楽しむのがよいですね。



青葉台1丁目田辺撮影

健康カラオケ忘年会のご案内

日時 12月17日(水) 11時から
場所 逆瀬台デイサービスセンター 地域交流スペース多目的ホール
会費 2000円
◇問い合わせ・申し込みは73-3114國司へ

行者山東観峰元旦御来光登山

2009年1月1日(木) 5時、ゆずり葉森の広場へ集合・出発。ヘッド・ランプを必ず装備すること。
●問い合わせ・申し込みは73.3114國司へ

行者山東観峰新年初登頂

2009年1月2日(金) 11時、行者山東観峰頂上へ集合して万歳三唱。光ガ丘口出発、光ガ丘自治会担当 青葉台口出発、阪急青葉台自治会・宝梅園団地自治会担当 北逆瀬台口出発、逆瀬台自治会担当 西逆瀬台口出発、白瀬川兩岸集合住宅協議会(設立中)担当 ゆずり葉台口出発、ゆずり葉台自治会担当
●連絡・問い合わせは73.3114國司へ。

ゆずり葉青少年少女テニス教室参加者募集

- ・本年度後半(10・11・12・1・2・3月)実施
 - ・毎月第1・3・5土曜日10時から12時まで、運動場南側中央において開催。
 - ・会費・1口600円。
 - ・ラケットは用意してあります。
 - ・太陽の光の下で、子供たちの基礎体力づくりから始めて、テニスの初歩を!!!
 - ・先ずはお気軽に「体験」申し込みを!!!
- ◎問い合わせ・申し込みは、77-1308北川へ

健康カラオケ教室のご案内

昨年4月から開設された「ゆずり葉健康カラオケ教室」は、本会教習部会の直轄教室の一つとして、「歌って健康づくり」をモットーに大きな声を出して歌いかつおしゃべりする楽しい場所と時間を提供しています。時にはベテラン会員から歌唱指導を受けることもできます。

- ・日時 毎週金曜日午後1時から4時まで
- ・場所 逆瀬台小学校北館1階クラブハウス(ゆずり葉コミュニティルーム)
- ・参加費
メンバー(本会会費5口3000円以上納付の会員をメンバーとする)100円
ビジター 200円
- ・使用機器
今年4月から使用しているカラオケ・セットは、6万曲の保有タイトルに、毎月新しく200曲をダウンロード。
- ・教室外使用
二人以上のグループでこのカラオケ・セットを使用したい場合は、先ずコミュニティルームの使用を申し込んで下さい。ルーム使用料は1時間100円、カラオケ・セット使用料は1時間500円です。
- 問い合わせ・申し込みは、世話人國司73-3114へ。

ゆずり葉囲碁教室



8月初め、六甲保養荘で、納涼囲碁大会を開きました。午前中のペア碁が長考につぐ長考で一局が終わる頃には昼食Time。午後はトーナメント方式で大いに盛り上がり、優秀者には先生から扇子のご褒美を頂きました。



逆瀬台小学校校運動会「玉入れ」競技の観戦
毎年、まちづくり協議会もゲームに参加という事で久しぶりに運動会へ。一回戦は、体力不足もあり不戦勝(保護者の厚意)で隠れた闘志でがんばられましたが、残念ながら敗戦。場の雰囲気を楽しみ、高揚した面持ちのコミュニティメンバーでした。
(広報委員)