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!!!

2009年度通常総会を開催

まるまる５ヶ年度を経過した逆小スポーツ活動推進協議会「スポーツクラブ２１ゆずり葉」は、規約で逆瀬台小学校区まちづくり協議会「ゆずり葉コミュニティ」定時総会(新会則に基づく定時役員会が５月３１日に開催)後となっている本年度の通常総会を、6月14日(日曜日)にクラブハウス(ゆずり葉コミュニティルーム)で開催し、３５名の会員が出席した。

２００８年度の事業実績報告と収支決算報告・会計監査報告ならびに２００９年度の事業計画案と収支予算案および役員候補者名簿と運営委員指名案が提出され、審議の上承認された。

新役員には、会長に初代会長の中村一雄(ゆずり葉コミュニティ会長）が再登板、副会長には武内昇（市卓球協会理事長・県卓球協会副理事長)が留任、同じく前会長の杉野順治(逆小ドラゴン代表)が再任、事務局長に國司恒雄(ゆずり葉コミュニティ活動局活動委員)が留任となった。

【総会資料に余部がありますので、ご関心のある方はクラブハウスまでお越し下さい。】

第２回卓球交流大会を開催

昨年８月に、逆瀬台小学校区内の卓球交流大会を初めて開催しました。実質的には、歴史の長い光ガ丘卓球クラブと発足後間もないゆずり葉卓球教室との対抗戦となり、光ガ丘が優勝しました。今年も昨年同様に８月に逆瀬台小学校体育館で開催ということで、現在のところでは２２日（土曜日）９～１２時を予定しています。

ダブルス対抗リーグ戦とするか、ミックス・ダブルスのトーナメント戦とするか、ダブルス戦とシングル戦の二本立てとするか、今後詰めて行きたいと考えていますので、校区内外を問わず広く参加を求めます。

【参加申し込みは、77-5343内山義弘、74-3275栗山　順、73-5487吉見三悟、71-9204伊藤喜代子へファクスを】

卓球教室「Ｆコース」
～誰でもできるピンポンを～

本会教習部会直轄「ゆずり葉卓球教室」には、クラブハウス(ゆずり葉コミュニティルーム)で開いているＡコース（木曜日午後・武内コーチ、県協会の仕事で多忙なため現在開店休業状態)・Ｂコース(木曜日午後)・Ｃコース(日曜日午後・内山コーチ)・Ｄコース(火曜日午後)、体育館で開いているＥコース(土曜日午前・栗山コーチ)の５コースがある。発足当初はそうでもなかったが、最近とみにベテラン勢に占められてしまった感も無きにしもあらずで、初心者や何十年振りにラケットを握るという人が、どうも近付き難いという風評を耳にしている。

そこで逆瀬台デイサービスセンター２階地域交流スペースの、多目的ホールで活動しているコスモス・ピンポン・クラブを、本会教習部会の直轄に組み入れ「ゆずり葉卓球教室Ｆコース」として再発足することにした。従来から、せいれいの事務所に問い合わせが来ているが、スケジュール化してないと返答ができないと、鴫原前所長から指摘されていたこともあり、健康づくりの一環として「スポーツクラブ２１」のアイテムに取り上げてみることとした。

毎週水曜日午前１０時から１２時までの２時間に開催。使用球は直径４４㎜のいわゆるラージ・ボールで、使用台も国際規格卓球台よりも一回り小さいファミリー・タイプ。“ピンと打ってポンと返す”という実にのどかなピンポンですから、誰でもすぐに慣れることは請け合いです。

【事前申し込みは不要、問い合わせは、73-3114國司恒雄または72-5882友田玲子へ】

行者山東観峰登頂記念箱を再設置

民生児童委員の加藤淳子さん(逆瀬台６丁目)は、健康づくりを目的に「行者山ハイキングコース」をご主人と二人で時々歩いておられます。先日も裏山登山にお出掛けになり、せっかくなら登頂の記帳をしてから下山しようと、行者山東観峰を目指されたところ登ってびっくり、ここ６年間みんなに利用されて来た登山記録箱が影も形もありませんでした。

心無いいたずらで燃やされてしまったのですが(『ゆずり葉だより』夏５２号第３面参照）、加藤さんや他の方々からもぜひ再設置して欲しいという要望が強いので、このほど県民交流広場事業活動費を使って、『行者山東観峰登頂メモリアル・ボックス（記念箱）』を作成し、インスタント・セメントも購入しました。

さて問題はこれを現場に設置する人力です。ざっと見積って見ますと、現物を肩に担いで登る一人、穴掘り用のツルハシ持ち上げ一人、スコップ持ち上げ一人、インスタント・セメント(20kg)担ぎ上げ一人、モルタル捏ね用の水(ペットボトル3本ずつ計6本)担ぎ上げ二人、バケツ・ショベルを持って登る一人、少なくとも7人(インスタント・セメントを10kgずつに分けると８人)は必要になると考えています。

資器材の搬入ルートは、距離と高低差の最も小さい「光ガ丘口⇒行者山東観峰」を使いたいと思っています。人員が揃い次第着工する予定です、ぜひ御参加をお待ちしております。

【裏山登山基盤整備活動推進会議　世話人、73-3114國司恒雄(本会事務局長)へ、電話かファクスして下さい。】

団体であろうと教室と称していようとおよそスポーツにおいては、上手い者が下手な者を教え・指導するのは、フェアプレーの精神であると信じています。中には口の悪い人も居て、なにやかや、とやかく、言い立てることもありましょうが、何も気にすること無く聞き流して下さい。言った当人としては、叱咤・激励のアイロニカルな表現かもしれませんね。むしろなにくそとそれを発奮の材料にして、修練に励んで下されば向上は間違い無しです。「気にしない気にしない」ことをモットーに、「大手を振って我が道を進む」ことが、スポーツで大成する秘訣ですよ。なお第２・第４土曜日午前の体育館は社会体育の一般開放日とされていますから、卓球教室Ｅコースに初心者ならぬずぶの素人の方が自由に来場されて結構です。

【本会教習部会　部会長國司恒雄】

健康づくり推進活動会議【事業計画書】

一　事業の趣旨

逆瀬台小学校区は、宝塚市の中でも高齢化率の最も大きい地区である。従って老人たちが、病気にならず、要介護に陥らず、健康に過ごすために、一人一人の健康づくりこそ、現在最も必要とされていることである。

二　事業の項目

（一）健康ウォーキングの普及・推進

歩くことが、健康を維持して行くには最も必要とされている。みんなが毎日一時間ずつ歩くように『健康ウォーキング』を普及・推進する。

①ウォーキング・レーンの整備

・白瀬川両岸を巡るアメニティ・ロードの整備推進

・一般道路における歩道整備・歩車道分離の推進

②ウォーキング到達記帳箱の設置

・県設砂防公園「ゆずり葉緑地」の最深部に『到達記帳箱』を設置して、折り返しウォーキングのモチベーションを創出する。

③緑陰サロンの設置

・健康ウォーキングの中途において休憩・談笑する場所として、木陰にベンチやテーブルを設置して『緑陰サロン』を開設する。現在、ゆずり葉森の広場と逆瀬台一丁目公園に開設済みである。

（二）健康ハイキングの普及・推進

健康ウォーキングから一段レベルを上げ、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」催事部会との共催で、裏山登山を目指して『健康ハイキング』を毎日曜日に実施する。

（三）健康カラオケサロンの普及・推進

歩いて身体をすこやか（健）に鍛えることと共に、大声で歌って精神をやすらか（康）に整えることが、老人の健康づくりには欠かせないものであるという視点から、『健康カラオケサロン』を開設・運営している。大いに歌ってしゃべって心身の健康を増進させよう。

（四）宝塚市健康センターとの連携

宝塚市健康づくり推進員（任期三年）を推薦し、宝塚市健康センターとの↘

民生児童委員の新布陣決まる

金谷正守さん（逆瀬台二丁目）の引退にともなって、新任を含めて次のとおり民生児童委員・同協力委員の異動がありました。（　）内は担当区域と協力委員氏名です。

戸田千恵子（光ガ丘一丁目９～12番・光ガ丘二丁目、青田　弘・丹羽誠子）

梶　恭子（青葉台一丁目・宝梅園団地１～３号館、増田裕子・本村紘子）

岡原美恵子（青葉台二丁目・宝梅園団地４～７号館、梶原みさを・政清節子）

加藤淳子（逆瀬台六丁目・五丁目９～12番・三丁目１～２番、村田韶子・小山一子）

友田玲子（逆瀬台五丁目１～８番・13～25番、伊藤陸子・松浦敦子）

白井富子（逆瀬台四丁目・三丁目３～10番、宮　啓子・三好由紀子）

杉田卓璽（逆瀬台二丁目・逆瀬川パークマンション・シャンティー逆瀬川、佐々木成子・荻原かほる）

石田睦恵（逆瀬川マンション・逆瀬台住宅、片岡明子・大西和子）

北村紀久子（阪急逆瀬台マンション・逆瀬川グリーンハイツA・B棟、二宮幸子・岡田義子）

浅井洋子（逆瀬川グリーンハイツC・D棟・宝塚西山住宅・アヴェルデ１号館、古瀬圭子・長瀬和子）

大迫のり子（アヴェルデ２～５号館、西尾典子・安田玲子）

下平富美子（ゆずり葉台１～３丁目、宮崎京子・近藤節子）

【問い合わせは、７２-５８８２友田玲子へ】

↙連携によって健康づくりの各種施策を実施する。

以　上

校区内健康づくりサークルのリーダー・世話人の方々や、健康づくりに関心をお持ちのみなさんの、ご参加をお待ちしています。

【問い合わせは　７３-３１１４國司恒雄へ】