

愛媛大学 総合型地域 スポーツクラブ会報 No.22



発行：2017年3月1日

愛媛大学総合型地域スポーツクラブ広報チーム編集

豊かなスポーツライフの支援のために

愛媛大学総合型地域スポーツクラブ理事 浅井英典

日本は、人類史上稀にみる速度で高齢化が進み、100人中約27人が65歳以上の高齢者になっています。2000年では、100人中17.4人であったことを考えると、すさまじい速度で高齢者の割合が増えています。逆の見方をすると2000年では、15～64歳の成人3.9人が高齢者1人を支えていたのに、2016年は、2.1人で支えていることとなります。そのため、成人の健康を如何に維持していくかが、国としての重要課題です。一方、歯止めがかかりつつありますが、子どもの体力の低下傾向も長らくして指摘されています。

この様な現状の中で、私たちのクラブは、「子どもの健全な育成と成人の健康・体力づくり」を設立の目的の一つに掲げており、今の社会ニーズにベストマッチした活動を行っています。運動はやってみたいが自分に合ったクラブが見つからない方、体力の低下を自覚

していてなんとかしたいと思っている方々は、非常に多く存在します。このことは、子どもさんについても同様の状況です。

私達のクラブは、この様な方々が気楽に参加できる様々なスポーツ教室を開催しています。スポーツの楽しさや爽快感、そして他の人達と共に汗を流して、歓声を上げるその行いは、豊かで、彩りのある繋がりや会話を生み出し、絆を深くしていきます。まさしくスポーツの原点の一つがここにあるのです。今後も多くの世代の方々の生き生きとした生活の醸成にお役に立てれば幸いです。



スポーツ教室 ～今年度の活動を振り返って～

キッズ・サッカー教室



今年度のキッズ・サッカー教室には、100人をこえる子どもたちが集まり、今まで経験をしたことのない会員数での始まりとなりました。その中で1年間運営していけるのかという不安もありましたが、これだけの子どもたちがサッカーをするために来てくれることにスタッフ一同とても嬉しく感じました。それと同時

に、しっかり指導をしていかなければならないという責任感も生まれました。来年度もスタッフ一同子どもたちにサッカーの楽しさ、また何かをできるようになるという喜びをしっかりと感じてもらえるように頑張っていきますので、参加をお待ちしております。

<3回生・梶田航平>

キッズ・バスケットボール教室

今年の活動を振り返ってみて、学生の指導力と子どもの技術、両方の技能が上がったと思います。活動当初は子どもの人数が増えたことで説明に時間をかけることができなくなり、目の届く範囲も狭まってしまいました。そこで新たに補助する人をつけ、広い視野を持つようにしたり、短い説明でも子どもたちに伝わる

ように重要なことを先に述べ、回数などは指を使うなど、子どもたちの意識を集中するように工夫しました。その結果、学生自身も伝えることの重要な点を理解でき、子どもたちもスムーズに行動できていました。理解すると上達は早いもので両者とも徐々に成長していき、この1年とても活気のある教室になりました。

<3回生・小西望恵>



バレーボール教室&学習塾



ちびっこバレーボール教室は、子どもたちの文武両道を目指し活動してきました。スポーツを通じて体を動かす楽しさや仲間と一緒に活動する喜びを感じれるよう、また積極的にスポーツに取り組めるようにしてきました。学習塾のほうでは、子どもたちの日々の課題を手助けするだけではなく、学生考案の課題に取り組むことによって勉強に飽きが来ないような対策をしてきました。そして学習塾をしている間は、子どもたち保護者の方たちとの交流も含めたソフトバレーをすることで地域の方々に応援してもらえようという関係づくりに取り組んできました。来年度もスタッフ一同一丸となり頑張っていくのでよろしくお祈いします。
 <3回生・藤原陽色>

キッズ・スポーツ教室



キッズ・スポーツ教室では、前年度と同様に毎週土曜日に小学校4・5・6年生を対象に様々なスポーツを行いました。前期はドッジボール・バスケットボール・卓球を行い、後期では、ハンドボール・バドミントン・サッカーを行いました。すべてのスポーツにおいてミニゲームやゲーム形式の内容を中心に行い、生徒たちが楽しみながら運動量を確保できるように工夫して授業を組み立てるようにしました。生徒も元気に仲良く楽しみながら授業を受けていて、来年度もより活気のある教室にしたいと思っています。来年度は新たにテニスやバレーボールを取り入れる予定です。スタッフ一同たくさんの参加を心よりお待ちしております！
 <3回生・中野智貴>

ダンス教室ゼロポイント



ダンス教室ゼロポイントは、コミュニケーションワーク、ストレッチ、ダンスなどを2時間かけて楽しく行う教室です。この教室の魅力は、ペアストレッチやグループでのダンスを通して、スタッフと会員さんはもちろん、会員さん同士でもコミュニケーションをとる機会が多いところです。また、全員で共に汗を流し、心も身体もリフレッシュすることができます。会員さんの輝く汗と笑顔は、私たちスタッフの活力に繋がります。今年度も、多くの会員さんに参加していただきました。ありがとうございます。来年度も、ダンスを通して心と体をリフレッシュできるような教室運営とパワー溢れる教室を目指してスタッフ一同頑張っていくので、今後とも宜しくお願いいたします。
 <3回生・緒方希和>

ビギナー・マラソン教室



忘年会を合わせ、計12回の練習会を実施しました。今年は走るだけでなく、専門トレーナーを招いての講習会を開き、ストレッチや体幹などのケア、効果的なトレーニングの仕方を学びました。また、大三島や興居島での合宿、懇親会を開催し、会員とスタッフはもちろん、会員の方同士で交流を深める場を多く取り入れる工夫をしました。どれも好評であったので、来年以降も継続していければと思います。一方で、前年度までと比べ、練習会の開催回数を減らしたことによる、会員さんのニーズへの対応が来年度に向けての課題です。これらを踏まえ、来年以降もさらに活気ある教室にしていけるよう、スタッフ一同頑張ります！
 <3回生・小西康平>

成人スポーツ教室



成人スポーツ教室では、毎週木曜日に卓球やバレー、テニス、バドミントンの競技を行いました。そして、全日程の最後には運動会を行いました。オリジナルの競技を行う運動会はいつもスタッフも会員の皆様も新鮮な気持ちで楽しみながら行っています。今年度は、会員さんからのリクエストに合わせてストレッチポールを2回実施しました。身体的にも精神的にもリフレッシュされたと好評でした。新しい会員さんも多く参加して頂き、よりいっそう勢いが増している教室です。来年度も会員の皆さんからの声を頂きながら、新しいスケジュールを組み込んでいくので、よろしくお祈い致します。スタッフ一同多くの参加をお待ちしております！
 <3回生・中山 玲>

アクティブ・ウォーキング教室



今年度の良かった点としては、会員さんとスタッフ間の親睦を深め、活動する中で会員さんとお話し、頂いた意見や提案をできるだけ多く採用することができたことです。そうすることで、会員さんに満足していただける教室になったと考えます。改善点としては、コースのマンネリ化が挙げられます。これは少しずつ改善されつつありますが、大学周辺でのコースに限りがあることが現状です。型にはまった考えではなく、様々な視点から幅広く考えて教室運営をしていかなければならないと考えます。今年度の良かった点と改善点の両面から気づいたことを来年度の教室運営に活かし、より良い教室となるようスタッフ一同努めていきます。
 <3回生・上村 憲>

フィットネス教室



フィットネス教室では、第2・第4木曜日に活動してきました。今期のフィットネス教室では、例年通りストレッチポールやバランスボールでの活動に加え、新しく4スタンストレーニングを取り入れました。それによって、個々のスタンスにあったトレーニングでより効果が得られるとともに、みんなで楽しみながら体を動かすことができました。今まで以上に会員さんが増え、にぎやかになりな

がらも、フィットネス教室の象徴でもあるアットホームな環境という点ではそのままいい雰囲気でも活動しました。活動後のアンケートにも満足という回答が多かったですが、家でもできるエクササイズを心がけ、さらに良い教室にしていきたいと思います。

<3回生・五藤美妃>

イベント報告 『クラブ会員交流』

12月18日（日）に、クラブ会員交流会を開催しました。今回のドッチボール大会では、参加人数は少なかったものの、安全に全体が活動することが出来ました。大人対象の教室の方も子連れで参加してくれて、その方達と子ども対象の教室の保護者や子ども同士が触れ合えたことはすごくよかったです。そういった関わるの機会を設けることで様々な教室に興味を持ってもらい、たくさんの教室に参加する風潮が今後出来ていければよいと思いました。それを作り出すためには、このイベントの時期も少し考えていく必要があると感じました。前期にこのイベントを開催することが出来れば、後期から他の教室に参加出来ると考えられるからです。このように課題は見つかりましたが、参加者の笑顔がたくさん見られた良いイベントとなりました。

<3回生・菅野嵩大>



イベント報告 『潮見・子どもスポーツ交流イベント』

1月14日（土）に、潮見小学校で「潮見・子どもスポーツ交流イベント」を実施しました。当日は100名を超える多くの小学生が参加し、学生との交流を通して、多くの笑顔を見ることが出来ました。

イベントは屋内と屋外に分かれ、屋内では「なげる」「とる」などの動きをテーマに6ブース、屋外では「はしる」「とぶ」の動きをテーマに3ブース設け、それぞれのゲームを行いました。子どもたちはグループに分かれ、大学生と共にブースを回りました。どのブースでも子どもたちが積極的に体を動かし、楽しそうに活動している姿を見ることができ、嬉しく思いました。今回のイベント企画を通して、多くのことを学び、経験させていただきました。この経験を今後活かしていきたいです。また、潮見小学校校長先生をはじめとする教職員の皆様、愛媛大学教員・保健体育研究会の皆様にも、多くのご協力をいただきました。本当にありがとうございました。 <2回生・長野亜美>



特別企画 ～MOMI & TOY`S に行ってきました～

昨年の4月にオープンしたMOMI & TOY`S に行ってきました。場所は、正門から入って右、南加記念ホールの隣です。クレープやドリンクなどのメニューが数多くそろえられていました。

営業時間は、平日の11～18時で、土日は衣山パルティーフジゲームセンター前で11～21時に営業しています。

焼きたてで口当たりがよく、カフェに行った気分で気軽に食べられました。特に人気があったのが「ふわとろいちごホイップ」でした！ 濃厚なクリームの甘みといちごの酸味をクレープの生地が優しく包み込んで何とも言えない深い味わいを感じることができました！ 他にもいろいろな種類のクレープがあるのでそれぞれ楽しむこともできます。皆さんも是非MOMI & TOY`S に足を運んでみてはいかがでしょうか？

<2回生・広報チーム>



<メニュー>

- ・ふわとろ黄桃ホイップ
- ・ふわとろ抹茶ショコラ
- ・ばななチョコホイップ
- ・タピオカいちごミルク
- ・タピオカ紅芋ミルクティ

：

【編集後記】

今回の会報を作成させていただきました広報チーム2回生の香川、大倉、仁尾、山本、三浦、望月（写真左から）です。今年度の挨拶は社会共創学部の浅井先生にさせていただきました。会報の内容としましては、各スポーツ教室の後期または1年間の活動を振り返り、来年度に向けての目標なども掲載しております。また、今年度のイベントとしておこなった会員交流会や潮見イベントについての報告や今後に向けての目標を掲載しております。会員の皆様また、関係者の方々の支えがあり今年度も無事に各教室やイベントを終えることができました。来年度からもスタッフ一丸となり、より良い運営ができればと思っております。また広報チームとしましては随時各教室、イベントなどの情報を更新していきますので、目を通していただくと幸いです。来年度も愛媛大学総合型スポーツクラブをよろしく申し上げます。 <2回生・広報チーム一同>



愛媛大学
総合型地域
スポーツクラブ

〒790-8577
愛媛県松山市文京町3番
愛媛大学教育学部

Tel & Fax : 089-927-8302 (月/水/金13:00-16:30)
e-mail : ai-spo@ed.ehime-u.ac.jp
URL : <http://www.ed.ehime-u.ac.jp/~ai-spo/>