

愛媛大学 総合型地域 スポーツクラブ会報 No. 18



発行：2015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

ビギナー・マラソン教室代表就任にあたって

愛媛大学総合型地域スポーツクラブは、現在9つの教室が開催され、子どもから大人まで幅広い世代を対象とした活動が展開されています。本クラブは、学生を主体として、教室の企画・立案、イベントの開催など、地域におけるスポーツ活動の拠点として発展してきました。そのうち、私は今年度からビギナー・マラソン教室の代表を日野克博先生と務めることになりました。私は大学では長距離を専門にしており、その専門性を生かして教室の運営に携わっています。ビギナー・マラソン教室では、初心者はもちろん、マラソン経験の豊富な方、またウルトラマラソンやトライアスロンに挑戦されている方等々、実にスポーツを楽しんでいる方が多くいらっしゃいます。本教室では、学生スタッフが中心となって、ランニングフォームの指導をはじめ、ランニングに関する専門的知識・技術につ

愛媛大学総合型地域スポーツクラブ理事 上田敏子
いてのアドバイスを行っています。昨年は、高知県で合宿練習会を開催し、走ることのみならず、会員相互の交流を図ることができ、有意義な練習会となりました。

総合型地域スポーツクラブは、地域社会においてスポーツや運動に親しむ一つの機会として中心的な役割を果たし、その必要性が今後より一層高まると考えられます。マラソン教室では、ランニングを通して地域の方々の健康増進に少しでも役立つことができるよう、今後も内容の充実を図り、活動していきたいと考えています。



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は、約90名で行ってきました。本教室では空き地でのボール遊びの復活を目的としており、楽しくサッカーに取り組めるような教室づくりを心掛けています。教室ではスタッフや仲間たちと共に懸命にボールを追いかけたり活発な活動ができて

いると感じています。また、ファミリーデーでは多くの保護者の方々にも参加して頂き、親子の絆を深め、学年を越えた交流もすることができました。まだまだ力不足な面もありますが、少しでも教室がより良くなるようスタッフ一同、改善を図っていきたいと思いますので、今後ともご協力よろしくお願いいたします。

<3回生・堀内鍵吾>

ング仲間を増やしたり、より多くの情報を仕入れて頂ければ幸いです。来年度もできるだけ多くの会員様のニーズに応えられるように精進していきたいです。今後もスタッフ一丸となり教室を運営していきたいと思ひます。

<3回生・宇野祐士>

ビギナー・マラソン教室

今年度も多くの会員様とスタッフの皆さんに支えられて教室を運営することができました。今年度は教室のモットーとして「マラソンに挑戦！ みんなで愛ゴール！！」という目標を掲げて活動してきました。この教室を通して、ランニ



バレーボール教室&学習塾



今年度もたくさんの会員さんに参加していただきました。バレーボールだけでなく、基本的な身体活動など体づくりの運動も取り入れました。学年が上がるにつれて、レベルを上げ、高学年は簡単なゲームができるようになりました。学習時間には、今年度から学生の自作の問題を解いてからそれぞれの自習の時間にするようにしました。保護者の方々のソフトバレーへの参加も増え、活発な活動となりました。来年度もより良い教室を目指してスタッフ一同努めていきますので、よろしくお祈いします。

<3回生・千三木美祐>

キッズ・スポーツ教室



今年度は、毎週土曜日11時10分から子どもたちと楽しく活動することができました。後期のスポーツでは、ハンドボール・バドミントン・サッカー行い、寒い時期でしたが、汗をたくさんかきながら元気に体を動かすことができました。そんな笑顔と元気あふれる様子に、私たちスタッフもパワーをもらい、より充実した教室になるように全力で取り組んできました。スポーツをする楽しさを、皆さんに少しでも伝えることができていたら嬉しいです。今後も、スタッフ一丸となって笑顔あふれるスポーツ教室として活動していきたいと思っておりますので、よろしくお祈いします。

<3回生・則清陽香>

ダンス教室ゼロポイント



ダンス教室ゼロポイントは年々参加者が増加し、今では30人を超える会員さんたちが参加してくださっています。今年もゼロポイントに参加していただき、学生スタッフを温かい目で見ていただき、本当にありがとうございました。ゼロポイントは笑顔の絶えない、大人も子どもも元気な教室です。私たちは、いつも家事、育児、仕事と大変なお父さん、お母さん方に思いっきり踊ってもらい、一緒に汗をかき、ストレスを発散してもらう事を目標としています。また、子どもたちのその年々の成長がスタッフの楽しみの一つでもあります。今後ともゼロポイントをよろしくお祈いします。

<3回生・西村 彩>

キッズ・バスケットボール教室



今年度も木曜日の19時から第2体育館で楽しく活動しました。前年度よりも子どもの人数も増え活気のある元気な教室となりました。子どもたちが成長していく姿を見ると私たちも頑張らなければいけないと思います。練習メニューについては、低学年と高学年に分けることで今までよりも充実した練習が出来るのではないかと思います。来年度もさらに工夫していき子どもたちの興味関心とともに、技術ももっと向上できるように、スタッフ一同頑張っていきたいです。来年度もよりよい教室が出来るようにスタッフ一同精進していきますのでキッズバスケットボールをよろしくお祈いいたします。<3回生・山本志穂>

成人スポーツ教室



成人スポーツ教室では、毎週木曜日19時～20時30分に活動を行いました。卓球、テニス、バドミントン、ソフトバレー、ストレッチポールを行いました。また、定期的に体脂肪率や足型測定を行い、会員の方の身体の変化をチェックしています。会員の方と交流を深め、スポーツを楽しんでいただくためにレクリエーションの企画なども行っています。会員の方に楽しんでいただけるような工夫がいっぱいあるので、運動不足解消！体力向上！を目標に、一緒に汗を流しましょう！<3回生・小笠宙生>

アクティブ・ウォーキング教室



今年度のアクティブ・ウォーキング教室では、例年同様、松山城、道後公園、ロシア人墓地など大学周辺スポットへのウォーキングを行いました。会員数増加に伴い、スピード別にウォーキングを楽しむソフトコースと己の限界に挑戦するストイックコースにクラスを分け、会員さんのニーズに応えられるよう努めました。また、地域に関係のあるクイズを解きながら行うロゲイニングの実施や地域イベントのお城下ウォークなどにも参加しました。今年度はかなり教室の質というものを底上げできたと感じました。来年度以降は、ウォーキングコースの見直し、情報発信の見直しを改善・徹底し、さらによりよい教室活動を行っていきたくです。<3回生・泉 修平>

フィットネス教室

フィットネス教室は、今年度初めて開催された教室です。第2・第4木曜日の19:00~20:30、会員の方々と楽しく活動を行いました。後期は前期に引き続きストレッチポールを行い、新たにダブルダッチやダンスを取り入れたエクササイズ等を行いました。アットホームな雰囲気を作ることができ、この1年間で

会員の方々との交流も深まったのではないかと思います。また、教室最後の回は懇親会を行い、ボーリング大会をするなど楽しい締めくくりが出来たと思います。来年度は今年度の反省を生かし、会員の皆様のニーズに応えられるよう、知識も深めていきたいと考えています。今後もスタッフ一同、一生懸命頑張りますのでよろしくお願いいたします。

<3回生・石田あおい>



イベント報告 『会員スポーツ交流会』

12月20日(土)に行われたスポーツ交流会の企画・運営を今回イベントチームが担当しました。毎週水曜日の昼休みにイベントチームで集まり、当日の企画や役割分担等の話し合いを行いました。また、学生のボランティアも数多く参加してくれたおかげで円滑な運営を行うことができました。イベントには約80名の参加がありました。イベント前半では、「じゃんけん列車」「ジェスチャーゲーム」「人間知恵の輪」といったアイスブレイキングを行いました。それぞれグループに分かれて、お題に沿った活動をして楽しみながら交流を深めることができました。後半では運動会ということで、グループで3つの競技について得点を競い合いました。今回のイベントを通して、参加してくれた子どもたちの笑顔が見られたことが何よりの喜びでした。次回のイベントも計画・準備をきちんと行い、有意義なものにしたいです。<3回生・高橋大和>



次回のイベントも計画・準備をきちんと行い、有意義なものにしたいです。<3回生・高橋大和>

イベント報告 『潮見・子どもスポーツ交流イベント』

1月17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130名を超える多くの小学生が参加し、たくさんの笑顔を見せてくれました。イベントの内容は「なげる」「ける」などの動きをテーマにブースを7つ、うち1つは屋外で行うゲームを用意しました。子どもたちはグループに分かれて、いろいろなブースを回りました。どのブースでも、子どもたちの楽しそうな姿を見ることができ、嬉しく思いました。

今回のイベントの企画運営を通して、多くのことを学ばせていただきました。今後も、このようなイベントを継続して行えると嬉しいです。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さんに、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・玉井亮太 >

2015年度スポーツ教室開催予定

(詳細はホームページをご覧ください)

教室	対象者	期間 (開催回数)	曜日・時間	会場
キッズ・サッカー教室	小学生	4月～2月 (22回)	前期：土曜日 16:00～17:30 後期：土曜日 15:00～16:30	山越グラウンド
キッズ・バスケットボール教室	小学生	4月～2月 (20回)	木曜日 17:00～18:30	第2体育館
ちびっ子バレーボール教室&学習塾	小学生	4月～3月 (24回)	土曜日 13:30～17:00	第1・2体育館 講義室
キッズ・スポーツ教室	小学生 4～6年生	5月～1月 (20回)	土曜日 11:10～12:10	第1・2・3体育館
ダンス教室ゼロポイント	成人	9月～11月 (8回)	日曜日 12:30～14:30	ダンス場
ビギナー・マラソン教室	マラソン初心者 ・初級者	6月～1月 (12回)	土曜日 15:00～17:00	山越グラウンドほか
成人スポーツ教室	成人 (20歳以上)	5月～1月 (23回)	木曜日 19:00～20:30	第1・2体育館 テニスコートほか
アクティブ・ウォーキング教室	成人 (18歳以上)	5月～12月 (14回)	土曜日 10:00～12:00	城北キャンパス ウォーキングコースほか
フィットネス教室	成人	4月～1月 (16回)	木曜日 19:00～20:30	第3体育館

【編集後記】

今回、会報作成を担当させていただきました。2回生の増田、杉山、武井、阿黒、今村、川久保です(写真左上から)。今回の会報のご挨拶は、会報初の上田先生です。各スポーツ教室、後期又は1年間の活動内容や振り返り、次年度の目標等について掲載しています。また、イベントの報告では会員交流会としおみ合同イベントについて、活動報告や今後に向けてのコメントを掲載しています。皆様のご支援により今年度も無事、各教室やイベントを終えることができました。今後もスタッフ一同、より質の高い活動プログラムやイベントをご提供できるよう努めるとともに、広報チームとして随時情報をお届けできるよう、会報に加えてホームページにおいても力を入れて取り組んでいきます。来年度も愛媛大学総合型地域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/>