

## 婦中体育館耐震工事に伴う 事務所移転のお知らせ

婦中体育館耐震工事に伴ない、NPO法人ふちゅうスポーツクラブ(フラット)の事務所を下記の間、婦中武道館に移転いたします。  
皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解の程よろしくお願いたします。

**移転場所** 婦中武道館(城山中学校隣り)  
〒939-2606 富山市婦中町長沢428

**移転期間** 平成27年10月1日(木)  
～平成28年8月31日(水)

**電話番号** 076-482-6444  
移転の間電話番号が変わります



※受講料の集金に関しましては、各教室へ書面にてご案内をしますのでご確認をお願いいたします。  
開局時間 月～金:10:00～19:00 土:10:00～17:00 日曜・祝日はお休みです

## ナチュラルリストと行く

### 秋の自然体験教室

紅葉真っ盛りの 霊峰金剛堂山(南砺市利賀)に登ります。  
**金剛堂山トレッキング** 10月18日(日)

定員 10名(定員になり次第締め切ります)  
会費 会員 1,500円  
非会員 2,500円

ただ今受付中



## ホームページを見てね!



### \*\*\* フラット行事予定 \*\*\*

- ★富山県スポーツフェスタ元気とやま2015 スポレク交流大会 10月18日(日)
- ★第5回フラットバレーボール大会 10月18日(日) 城山中学校
- ★秋の自然体験 金剛堂山トレッキング 10月18日(日) 南砺市
- ★第4回フラットテニス大会 11月3日(祝・火) 婦中スポーツプラザ
- ★第1回フラットチアリーディング交流会 11月3日(祝・火) 八尾スポーツアリーナ
- ★生涯学習フェスティバル 2月20・21日(土・日) 婦中ふれあい館



気軽にスポーツが楽しめる地域社会づくりをサポートしています。  
株式会社 なかたに印刷 〒939-2741 富山県富山市婦中町中名1554-23 TEL(076)485-2341(FAX)(076)485-2340  
URL http://www.nakatani-p.co.jp

- シンガポール中学生受入事業  
城山中学校で交流&婦中地区ホームステイ
- 第21回婦中地区少年少女海外派遣事業  
シンガポールで海外研修終える
- 夏休み最後の熱き戦い  
9回フラットカップU-12サッカー大会
- 春の自然体験教室～春の恵みを頂きます～  
山菜採りin有峰
- フラットで見つけたライフスタイル  
ベストライフスタイルアワードを表彰



## 【特集】 設立10周年記念事業 次の10年へ



## 【特集】 設立10周年記念事業 次の10年へ

国内一流講師陣を招いての

# One day セミナー & 講演会 2015

## 社会で役立つ「指導しない指導のススメ」

NPO法人ふちゅうスポーツクラブは、設立10周年記念事業を1月31日～2月1日の二日間、富山市立婦中体育館及び速星公民館で開催しました。1日目はOne Day セミナー。各界のスペシャリストによる「セルフコントロール初級編」から「選手のためのストレッチ講座まで」の6講座を県内外の多くの参加者が体験しました。そして、2日目は「ボトムアップ理論」で広島観音高校を全国高校総体サッカー競技初出場初優勝に導いた畑喜美夫監督に「指導しない指導のススメ」と題してご講演をいただき、その後、当クラブの吉崎監事のコーディネートによって畑先生をはじめセミナーの先生方、また、当クラブの宮脇理事長を交えたパネルディスカッションが行われました。いずれも当クラブの次の10年を示唆する興味深いお話しとなりました。

### 1月31日(土) 富山市立 婦中体育館 / 婦中ふれあい館 セミナーI 「セルフコントロール初級編」

講師：大儀見 浩介  
ジュニアユース選手 参加者数：35名

### セミナーII 「4月から使える！ 新チームを真チームへ高めよう」

講師：福富 信也  
一般 参加者数：35名



### セミナーIII 「サッカーでコミュニケーションの素地を育む」

講師：橋本 和人 小学1～4年・参加者数：35名



### セミナーIV 「ボトムアップトレーニングマッチから学ぶこと」

講師：畑 喜美夫 参加者：小学5・6年生県内外4チーム

### セミナーV 「アンチエイジングストレッチ&簡単なダンスエクササイズ」

### セミナーVI 選手のためのストレッチ講座

スポーツ前に行うウォーミングアップ的ストレッチと後に行うクールダウン的ストレッチの違い

講師：黒田 紫  
対象：一般  
参加者数：35名



2月1日(日) 富山市立 速星公民館

## 記念講演 「指導しない指導のススメ」

講師：畑 喜美夫

指導のススメ



(講演要旨)

### トップダウンの指導の弊害

県立高校のサッカー部顧問になったが、そこには自ら考えようとせず、部活動をやらされている部員たちの姿があった。監督主導の、つまりトップダウンの指導の弊害が選手の想像、判断、実行する力を削いでいるように思えた。人は言われてばかりいると考えなくなってしまう。

多くの指導者が目先の結果に翻弄されるなかで、自分は選手主導の、「ボトムアップ」という、むしろ遠回りの道を選んだ。それは、選手自身で自主性・主体性をもって常に考え、創意工夫して物事をやり遂げ、全体をまとめていく方法。カリスマ監督がいなくなった瞬間、輝きをなくしてしまうようなチームにはしたくなかった。

### 神様はきれい好き

生徒が進んで校門で全校生徒に挨拶しているのをはじめ、「神様はきれい好き」、「整理整頓は心の準備」と教え、生徒は部室は勿論のこと、身の回りをきちんと整理した。そして、自ら見聞きたことに感じ、気づき、吸収し、自分の行動に移せるようにもなってきた。いい意味の「こだわり」が、バスの精度につながった。

心と体の休息のためには全体練習日を週2回に減らし大丈夫かと心配されたが、心拍数180以上の脈拍トレーニングなど、むしろ質の高い練習を実現。疲労による怪我也減り、やがて選手たちにフリー練習の課題や構成を自ら考える習慣がついてきた。「空いた時間」が活かされたのだ。

多くの部員と監督を繋ぐ2種類のサッカーノート。技術ノートには、個々の悩みが切々と書かれていて必要なトレーニングが見えてくる。一方のコミュニケーションノートには時に「彼女ができました」という記述も。



### 想像力と信頼感が満ちてきた

選手、監督、父母、OB、地域と、「人間力の育成」というビジョンを共有。部活動に想像力と信頼感が満ちてきたとき、チームは強くなっていった。サッカーはサッカーだけでなく、日常生活を含んだすべてで強くなる。遠回りと思っていたボトムアップは、むしろ近道であった。

その後も、試合では選手自らがスタメンや交代選手を決めているし、選手権では、国立の舞台をかけた試合で、ディフェンスの修正点に気づいていたものの、敢えて指導せず敗れたという象徴的な出来事もあったが、監督から最後まで信じてもらえたことを理解している選手達は、敗戦に多くを学んで社会性、人間性を培い、今は全員が立派な社会人になっている。彼らは部活動を通じて、いつか社会を生き抜く力を体得していたのだ。指導者は、リーダーであり、支援を旨とするファシリテーターであると確信した。

### 「与える」ことよりも「引き出すこと」

「与える」ことよりも「引き出すこと」が大切と考えており、これが「指導しない指導」である。この考え方は、部活動ばかりでなく、学校や企業経営などにも通ずるところがある。ボトムアップ理論を導入したチームや企業では、それぞれの目標に向け、さらなるレベルアップが図られており、進化を楽しみにしている。

何のために総合型スポーツクラブを立ち上げ、運営しているのか。今、クラブのミッションやキーワードは何か。スタッフ間でビジョンは共有されているか。誰かにやらされていないか。会員のスポーツマインドを引き出しているか。もっと素敵なクラブにするにはどうしたらいいかなど、10周年を迎えたふちゅうスポーツクラブへの問いかけは、競技スポーツに携わる指導者、選手への問いかけと通ずるところが多い。PDCAサイクルを質高く、かつ、早く回すことが大切である。

### 真の失敗とは「挑戦」しないこと

子供たちには、挑戦無くて成長なし。失敗こそが成功のチャンスと伝えている。そして、真の失敗とは「挑戦」しないことである。自主的・主体的に動ける個人・組織がこれからの未来を輝かしいものにしてけると確信している。

NPO法人ふちゅうスポーツクラブの一層の発展をお祈りしている。



2月1日(日) 富山市立 速星公民館

## パネルディスカッション

# 私たちがスポーツを通じてつくる人と地域

コーディネーター：吉崎王嗣

パネラー：畑 喜美夫、大儀見浩介、福富信也、橋本和人、黒田 紫、宮脇範純



## メンタルトレーニングを当たり前の取り組みに

司 会 畑先生にご講演を頂きましたが、先生方が昨日のセミナーなどを通じて、参加された皆さんに一番伝えたかったことは。

大儀見 メンタルトレーニングは「心のトレーニング」。それは、自分をコントロールする力をトレーニングで身に付けていくこと。子供たちやビジネスの世界に大切なトレーニングと考える。普通、子供は一日中笑っていますが、大人になると笑わなくなる。サッカー少年の笑顔が、高校、大学サッカーではほとんどない。

司 会 それは何故でしょう。

大儀見 その多くは「サッカーをやらされている」から。最近では小学生キッカーに笑顔がないことさえあります。メンタルトレーニングが当たり前の取り組みになる必要がある。

福 富 そもそも私は、体育は教育、スポーツは文化という考え。そして、体育は絶対服従の兵隊さんの養成、一方、スポーツは兵隊さんを自分の判断で動かすことのできる将校を育てることが目的であったと言われていた。

司 会 つまり、スポーツは自らの判断の世界だと。私たちもクラブのミッションをどこに求めるか、いろいろ悩んできましたか。

畑 4名の先生方とセミナーを開催したが、一つ一つのセミナーは点ですが、実は線が繋がれていると思っっている。発信したいのはあくまでも「自発的な考えや行動」。このキーワードがあってこそ、それぞれのセミナーが繋がっていく。

ふちゅうスポーツクラブにはたくさんの教室がある。種目は違うけど、クラブとしてのミッションを会員がちゃんと受け止めているという印象を受けた。何故なら、先程、見せて頂いた設立以来のDVDを見ても、みんな笑顔で力を合わせて活動している印象を受けます。だからこそ、「笑顔を作り出す」というミッションがふれられないようにしていくことが大切。

宮 脇 先生方のお話にたくさんのヒントがありました。小、中、高校生のそれぞれが持っているスポーツニーズには、どのようなものがあるのでしょうか。それらの点を繋げて線として、クラブの活動に繋げていきたい。

橋 本 幼稚園の年代で獲得すべき運動能力がないまま小学校に上がってきて、体育の授業は週に僅か90分。運動はそれしかない子供が多く外遊びをしていない現状。いろんなことをしながら体を動かすという経験がない。日本のスポーツに対する課題と認識している。

司 会 厳しい現状がありますね。

橋 本 小学校では、スポーツができる子供とできない子供、運動能力の2極化が顕著。スポーツの世界へのアプローチは、自由な遊びという土台があって、トラブルがあったり、競争心が高まると、自分たちでルールを作り、やがて、さらに強い相手を求めてスポーツの世界に入り込むという自然な流れがあったはず。

司 会 中学生くらいのところは、また、独特のニーズや難しさがあると思えますが。

大儀見 英国で行われた国際学会で出会った育成年代のメンタルトレーナー曰く、サッカー競技においては「U9は保護者に、U12は子供と保護者が一緒に、そして、U15 になってはじめて子供だけで指導を受けさせている。」とのこと。

私は、日本においてはU15までは、親子で指導を受けても良いと思っっているが、畑先生の講演にあったように、これ以上の年齢になると、自分たち自身でちゃんと、「やりたいこと」や「やらなくてはならないこと」を話し合えるようになる。人間力を育てる一貫性を持った指導が大切。

黒 田 高校生について、私は、人間力を育てる一貫性を持った部活動やその指導が大切と考える。高校の部活動が直面しているのは、積極的な顧問や指導者の絶対的な不足。そういう意味で、向上心を持っている子供達のニーズに応えていないとも言えます。

福 富 子供の頃からスポーツをしていた学生が、高校、大学生になると、かなりの率でバーンアウトしている。部活動案内のチラシを配る先輩に対する答えは異口同音。「もう、本気でやるようなスポーツはやらなくていい」と。仮に体育会系の部活動に入っても、なかなか本気スイッチが入らない。バートなど、自由や楽しさがあるなかで取って自分を厳しい環境におくことを求めているように思えます。

司 会 スポーツが嫌いになった訳ではないのですか。

福 富 大学のサークル活動に参加する学生はいて、それがやがて「勝ちたい組」と「楽しければ良い組」に分かれていきます。そこが、地域のスポーツクラブが抱える問題と重なるのではないかと。つまり、参加するしないは自由。でも、目的は様々というように。

司 会 その通りですが、先生はその点をどのように整理して考えておられますか。

## 人としての幸せ、幸福感に物差しをあてる

福 富 私は、ベクトル合わせも大切ではありますが、競技を超えた「人としての幸せ」とか、「幸福感」を踏まえた「人の成長」に物差しをあてることなのかなと考えている。

司 会 なるほど。さて、先程から「やる気スイッチ」という言葉や、黒田先生からは「けしかけて」という言葉がありました。トップダウンではなく、子供たちをやる気にさせる秘訣は何だったのでしょうか。

黒 田 どの子にも心に訴えかけること。生徒たちは「先生は私のことが一番好き。」「自分の善し悪しをすべて知った上でチャンスくれた。だから、自分は思い切り演じれば、結果は自ずとついてくる」と考えていると思っっている。

司 会 先生のことをこの上もなく信頼しているのですか。

黒 田 患者の心を穏やかにするのは、どのような薬や治療より、ドクターや看護師が「大丈夫ですよ」と体に手を触れてくれることだと医者である私の娘から聞いた。ですから、先程、すばらしい演技を見せてくれたチアの子供たちにも、「会場のみんなが元気や勇気をもらったよ。人を幸せにできる人がこの世の中で一番偉いんだよ」と、一人一人を抱きしめて気持ちを伝えた。

少し驚いていましたが、直に私の気持ちを分かってくれました。真心を込めてダイレクトに触れあうことは、子供たちの向上心にとって大切なことと考えます。

司 会 福富先生や宮脇理事長のお話を聞いて、畑先生のご講演の中にあつた、「あの子供たちは楽しんでいるけれども本気」という言葉。逆に福富先生が「大学生はなかなか本気のスポーツに取り組まない」として、「大学生の生活の基本はフリー」というお話を考え合わせると、「主体的であれば、本気で、しかも楽しめるといことになるのか。」だとすれば、どうやってそう思わせるかが難しいのですが如何でしょうか。

## できないことができるための素敵なヒント

畑 上手に出来る出来ないではなくて、そのものを好きにさせることだと。そのスポーツが好きという事実は何者にも負けないし、普通、できないことは悪いこととされていますが、私は、「できないことができるための素敵なヒントを持っている」と考えることにしている。ですから、できないことはすごく良いこと。

司 会 我々はできないことを、ついつい責めてしまいがちですね。

畑 上手くできないことも含めて壁を乗り越えていくことによって、その競技が好きになること。それには必要な動機付けがあったり、関わり方、言葉の才能を持っているファシリテーター的な能力をもった指導者を増やして行きながら、教室に入っている人たちの気持ちを引き出してあげることが大切。好きになるための言葉掛けとか、様々な先生方からヒントをもらいながらチャレンジしていくことです。私もまさに勉強中です。

司 会 スポーツクラブにとって大切なチャレンジですか。

畑 特に総合型スポーツクラブで言うと、好きだからその種目をやっているわけであつて、より良い環境作りであつたり、巡回会の場を増やして行くことで、もっと活性化してくるのではないかと。ここでもキーワードは、自主性と主体性。それを引き出すのがクラブの大切な仕事ではないか。

宮 脇 クラブは、幼い子には多様な動きが出来る場であること。また、世話をしてくれる人、指導者を地域から人材発掘して行くことも大切。親子で参加したり、近所で参加する工夫をすることで、たくさんの人たちがスポーツに参加する機会を作っていくことで活動が広がっていくのかなと思っいました。

司 会 クラブは、会員の「自由」と「満足」の両方を叶えなくてはならないことになりませぬ。

## 満足感につながるクラブの多様性

宮 脇 自由であるからこそ、加入してからの満足感につながる多様性を具備することがクラブとして重要と考えます。楽しさを追求すること。同じ種目であっても、上手くなったときにさらに、次の欲求が出てきて、もっと上手くなりたい、あるいは勝利を目指すということもあるでしょう。そういうニーズに多様に対応していくことが、今後のクラブとしてのありようではないかなと。

司 会 某市の部活動の朝練習を全面禁止する条例が発せられた事例があつたと聞きましたが、規制した側は、部活動が過度になり健康を害さないようにという、一般的には思いやりの条例なのかもしれないが、私は少し違うと思っいます。

世の中の6割以上はトップダウンが良いと考えていますし、これからボトムアップ理論を実践してみようと思っている人が3割あつても後の人たちは聞いたことないはず。

つまり、いつ、どこで、どのように練習をするかを決めるのは誰なのかということですね。

さて先程、長年、クラブ会員として素敵なスポーツライフを実践されている皆様にアワードが贈られました。実はご質問したいことがあります。皆様は、これまで私たちの健康保持は県や市が無料でやって来ていたのに、クラブには何故、お金を払うのかお考えになりませぬでしたか。皆様方はその概念を超えて参加しておられる訳ですがそれは何故か。どのようなメリットをお感じになったのでしょうか。

小 沢 お金のことを考える人もいますが、一番大切なのはスポーツに親しむ機会と場所、そして自分に合ったスポーツを提案してもらえる環境にある。そのような環境がないと、スポーツをしたという思いがあつても一歩踏み出すことが出来ない。教室、事業を紹介して頂けたからこそ参加出来たし、指導もしてもらえた。お金には換えられない。

水 家 様々な活動をしており忙しい毎日。クラブで培った元気な体があればこそと思っっています。

司 会 ありがとうございます。すべての答えがそこにあるような気が致します。それでは最後に、先生方から、今後のクラブの方向性について一言あればお願い致します。

橋 本 子供たちがおかれた状況から、スポーツクラブと連携しているいるなスポーツを体験させてあげることが極めて重要な取り組みだと思っいます。スポーツクラブは、自主・自立がここにあり、スポーツが人を育て、組織を育て地域を育てる。この連鎖はボトムアップ理論そのものだと思っいます。答えは住民の皆さんが持っている。

福 富 海、山、雪などの豊かな自然をもつ富山ならではのスポーツクラブのあり方。その答えは、ご老人から幼児まで、きっと住民の皆さんが持っていると思っう。

司 会 会場の皆様からご質問やご意見はありませんでしょうか。

参加者 スポーツに動む子供がずいぶん減った。自分は近所の子供たちと

遊び、子供たちの中で自主的にルールを作っていた。現在は、近所の子供同士で遊ぶ機会が少ないのが一番の問題。

子供たちが自ら作ったルールが小学生、中学生になったときに生きてくるのではないかと。家の中に閉じこもっている状況等について、どのように考えていけば良いのか。



## 環境作りを地域と学校で

橋 本 全く同意。田んぼで遊ぶことが当たり前で、スポーツの原点のようなものに触れ、サッカーへの気持ちが育ってきた。まさにボトムアップ、子供たちが自らルールを作りベクトルを合わせてやっていた。今は、移動は車。家にはエアコンがありゲーム機がある。子供たちは遊び方を知らないし、川に近づくな、田んぼは許可を受けてと指導され、公園は狭くてボール遊びもできない。だからゲームという流れになっている。子供が間違っているのではない。

私は、環境作りを地域と学校で手を取りあつて進めている。場所・時間・仲間を提供していくことが大切。

参加者 黒田先生は、子供たちにお掛けになると言われた「大丈夫」という言葉には、すべて「人」という字が入っている。今日の先生のお話に感動したので、帰ってから孫たちに伝えたい。

参加者 サッカーの指導をしており、子供たちに夢を持ってもらいたいと思っっている。是非、先生方の夢をお聞きしたい。

黒 田 ピンチヒッターで演技したら、先生と一緒に演技できた子供たちが喜んでくれた。若いころは決して上手ではなかったが、その分、人よりも長く現役しようと思っっている。

橋 本 中学校の保健体育の先生になってボトムアップ理論を実践・提唱したいと思っっている。

福 富 スポーツで健康・文化・平和を実現すること。そして、ワールドカップ優勝に貢献したい。

大儀見 東のワールドカップ優勝は夢の一つですが、「集中、やる気、気合い、根性」など、多くの指導者から発せられる、選手にとって応えようのない指導ではなく、それらが自ずとできる環境をメンタルトレーニングの世界から作りたい。

## 夢は仲間や、教え子達が叶える

畑 点と点を線に繋ぎながら、ボトムアップ理論を広げ、みんなで考えていけるものを作りたい。これも挑戦。色々なところに足を運んで、新たな人に会って、今日のように仲間と一緒に理論と実践を広げたい。最終的にはトップダウンが多いスポーツの世界を、指導論としてはボトムアップが追い越していくこと。自分の時代には作れないかもしれないが、仲間や教え子達が先生になったり、企業・業界の中で発信してくれると思っっている。体罰と恫喝のないスポーツの世界を作りたいし、すべてがチャレンジだ。

司 会 先生方、参加者の皆様、ありがとうございます。スポーツクラブを立ち上げた時のように、新しいことを始めようとする、逆風が吹くことがあります。志を持った人たちが、互いに語り合い、助け合つて、使命を追究していこうではありませんか。本日はありがとうございます。





# 平成27年度 第21回婦中地区少年少女海外派遣事業

St. Margaret's Secondary School

## シンガポール中学生受入事業 今年の感動をありがとう。



ファミリーパークの田んぼで水生生物観察



イ病資料館で被害者の歴史を学ぶ



城山中学校交流集会にて記念品交換



パフォーマンス披露



日本文化体験(華道)



日本文化体験(茶道)



ホームステイ家族とレクリエーション



なごりを惜しむお別れの朝



シンガポール中学生とホームステイ家族との記念撮影

5月27日(水)~6月1日(月)シンガポールSt. Margaret's Secondary Schoolの生徒24名が、富山市婦中地区を訪れ、2泊3日のホームステイを含む交流を行いました。

富山市ファミリーパークでは、田んぼに入って水生生物観察やサツマイモの苗を植え、富山県イタイタイ病資料館では、公害被害者のつらい歴史を館長自らの説明や語り部の方から話を聞きました。シンガポールでも環境保護に向けた取り組みが盛んになってきており、自然との共存について日本式の取り組みを学びました。

城山中学校で、体験授業や給食、全校集会などで交流を深め、婦中ふれあい館では、「華道」と「茶道」の日本文化を体験しました。ホストファミリーと引合せ式では、ゲームなどお互いの気持ちをほぐした後、それぞれのホームステイ先に向かいました。

2泊3日のホームステイを終え、6月1日(月)早朝 お別れの時を迎え、別れを惜しみ涙するホストファミリーとシンガポールの生徒たちの姿があちこちで見られました。今年も皆さんのおかげでいい交流ができました。

## 婦中地区中学生シンガポール派遣事業

8月13日(木)~20日(木)派遣団員中学生20名、引率リーダー2名、スタッフ2名がシンガポールSt. Margaret's Secondary Schoolへの学校訪問や3泊4日のホームステイ、市内視察などを行い無事帰国しました。

団員は結団式と4回の事前研修を終え、シンガポールの本研修に臨みました。学校での活動では、交流集会を始め、たくさんのプログラムを準備していただき多くの事を経験することができました。

3泊4日のホームステイでは、お世話になったホームステイ先の生活習慣や文化もさまざま、多民族が共存するシンガポールの多様性を肌で感じたことと思います。

さらに研修では、(株)佐藤工業の地下鉄ベンクレーン駅作業場を訪問し、海外で活躍する日本人の皆さんに海外で生活する大変さや良いところなど直にお話を伺うことができました。またそのあとに日本占領時代に亡くなった方々の記念碑に献花し黙とうを捧げ、両国の平和を祈りました。

シンガポールでの研修を終え帰国する私たちを夜遅くにもかかわらず多くのホームステイ家族の皆さんや先生方が見送りに来てくれました。今年もこの研修の成果を象徴するような光景でした。

この研修に関して頂いた皆様に改めて御礼を申し上げます。



ホームステイで和食の夕食



緊張しながら英語でフードを注文



ホームステイに出発



動物園でオラウータンと一緒に



体験授業風景



市内視察アラブストリートにて



地下鉄作業現場を見学



戦没者記念碑に献花し黙とう



オーチャードコートで別行動



学校での最後のお別れ

## 第9回フラットカップ U-12サッカー大会 県内外16チームが熱戦!!



8月22-23日、県内14チーム、県外2チームの計16チームで、第9回フラットカップU-12サッカー大会を常願寺ハイイツにて行いました。大会期間中、大きなトラブルもなく無事終えることができました。これもひとえに、スポーツクラブ及び保護者会スタッフの方々の協力のおかげです。有難うございました。結果は優勝ウインズ小杉チーム、主催チームの婦中西部FCは…。しかしながら、最後まで諦めないプレーに保護者の方々は熱い声援を贈っていました。来年は第10回大会節目の年です。当サッカークラブは会員数も減ってますが、今年以上の良い大会にしたいと思っていますので宜しくお願いします。最後に、参加して頂いたチームの方々に感謝致します。

勝利した婦中西部FC

表彰式 優勝したウインズ小杉チーム



婦中西部フットボールクラブ 代表 道場伸浩



参加者全員による記念撮影

## 春の自然体験教室 山菜採り体験in有峰 春の恵みを頂きました。

6月14日(日) 昨年に引き続き、遅い春を迎えた有峰自然公園を晴天の中、山菜のスペシャリスト塩谷先生と共に山菜採りを楽しみました。採った山菜はその場で天ぷらにして頂きました。深緑の森の中で食べる山菜は最高においしかったです。



採った山菜はその場で天ぷらに



山菜についての知識をレクチャーする塩谷先生

## Best Lifestyle Award フラットで見つけた新しいライフスタイル

### 「ベストライフスタイル アワード」を授与

2月1日(日)10周年記念の講演会に先立ってベストライフスタイルアワードの表彰式を行いました。

この賞は、設立以来クラブに加入され、豊かなスポーツライフを実現された個人や団体を表彰するものです。

今回10周年に際し4名と1組の方々が受賞されました。

#### 松永 寿一さん

設立当初からフラットの太極拳やヨガ教室に参加され、現在は、体改善ヨガを受講、春に行っている自然体験教室には、毎回参加され、このクラブで人生の一歩を楽しみ、私たちの理想のスタイルライフを送っている。

#### 小澤 豊美さん

設立当初から親子で積極的にいろいろなイベントに参加。娘さんが参加されていたトランポリン教室がきっかけで自分でもはじまりました。現在はこのトランポリン教室の指導者としても活躍している。娘さんは、シンガポール海外派遣にも参加され親子でこのクラブに欠かせない存在となっている。

#### 若林 昌美さん

10からの42.195kmの教室参加からランニングを始めた。自主的にもロードレースやマラソン大会に出場。東京マラソンほか14回のフルマラソンに出場、ランニングを通じてたくさんの方々が笑顔になることに今年度からランニング教室の指導者も務めている。



ライフスタイルアワードを受賞された皆さん

#### 水家 孝志さん・喜代子さん

奥様が8年前の健康作り教室に参加しウォーキングを始めた。翌年から主人も始められ、以来、若二人でウォーキングに取り組み、クラブの方々と一緒にリレーマラソンにも挑戦。夫婦で健康的、継続的に活動される様子は一つの理想型である。

#### 早粕 恵庸さん

単身赴任で来県され、婦中町に在住。クラブとテニスサークルの存在を知り入会後、縁もゆかりも無い富山での無難な生活が、クラブでの活動によって多くの友人と友人を介した様々な活動に広がり、一変して生き生きとした富山での生活を送っている。

