

教室・セミナー会員インタビュー
教室に通っている笑顔の素敵な皆さん!
教室の魅力を教えてください!

新年度に向けて
教室 **無料** 体験
セミナー **無料** 体験
参加者募集!!

体改善ヨガ教室
ヨガの呼吸と簡単なポーズで、筋肉を緩めたり、意識したりする事で、毎日元気に過ごしやすい身体づくりを行います。

松永寿一 宏子ご夫妻
会員になって18年目、現在はこのヨガ教室に参加し、家内も6年前より会員になりました。ふたりとも80才を過ぎヨガを共通の話題としてふたりでささえながら楽しんでます。それもスタッフやインストラクターの方々のおかげです。これからもよろしくお願いたします。

対象：一般
開催日：月曜日19:30~21:00
会場：ふれあい館 1階 軽運動室
受講料：月 2,500円

☆からだであそぼっ教室☆
人間の神経回路は5~6才までに8割が形成されます。この大切な時期にいろんな運動を経験することが大事です。

佐野璃来くん (年中さん)
年の近いお友達と協力したり、競い合ったり楽しく運動しています。走るスピードも格段に速くなり、縄跳びや跳び箱など、できることが増えて毎回達成感があります。(母)

対象：年中・年長
開催日：水曜日 17:15 ~ 18:15 (月3回)
会場：婦中体育館
受講料：月 2,500円

フラット バレーボールスクール
基礎技術を楽しく学びます。

大澤陽菜さん (4年生)
友達もたくさんできるし、みんなと一緒に頑張っています。パス、アタック、サーブいろんな練習ができて楽しいです。今はオーバーハンドパスが一番好きです。もっと上手になって、家でお母さんと一緒に練習したいです。

対象：小学3年生~中学生
開催日：土曜日(月3回):19:00~20:30
会場：城山中学校体育館
受講料：月 2,500円

フェンシング教室
速星中学校、富山西高校との連携を図っています。

山崎叶翔さん
クラブではコーチの他にも中・高校生、大学生の先輩と練習する事ができるので、色々なアドバイスをもらえます。全国大会で上位に入る事を目標に頑張っています。フェンシングが一番楽しいのは、試合でアタックが決まった時です。いろいろな県外試合で全国の人と試合をするのが楽しみです。

対象：小学3年~中学生
開催日：毎週水・金曜日:19:30~21:00
会場：婦中体育館アリーナ
受講料：月 2,500円

お申し込み・お問い合わせは
TEL 076-466-4333

NPO法人ふちゅうスポーツクラブ

- マスク着用
- 自宅検温の励行
- 手指の消毒
- 定期的な換気
- 同じ向きと間隔
- 備品の消毒

教室開催時はコロナウイルス対策に万全を尽くして開催しています。
私達は、コロナ禍においても、「今できることを全力で!!」をモットーに、心身共に健康で自分らしく輝ける、New life styleを地域の皆様に提供できるように頑張っていきたいと思っております。(理事 吉澤麗子)

一緒に活動する **スポーツ少年団** **クラブチーム** **サークル** を募集しています。部活動の地域移行を見据え、一緒に活動しましょう



発行/NPO法人ふちゅうスポーツクラブ 〒939-2727 富山市婦中町砂子田1-1 婦中体育館内
TEL&FAX 076-466-4333 jimu@fuchusports-c.jp

スポーツライフを楽しむ人のためのクラブ広報紙

フラット flat 7ラット
Vol.23 2023.1.10
会員数680名(2022年12月1日現在)

迎春



新年度に向けて
教室 **無料** 体験
セミナー **無料** 体験
してみませんか!!

今こそひとり一人がかかわるとき
Re・スタート!!



ふちゅうスポーツクラブホームページ
左記二次元バーコードからアクセスできます。

「Re・スタート」

NPO法人ふちゅうスポーツクラブ チェアマン 宮脇範純

長引くコロナ禍に悶々とし、時には苛立ちを感じる日々を過ごしています。

新型コロナウィルス感染症の予防に求められている行動は、通常の「する」「支える」「応援する」「繋がる」などといった、私たちが推進しようとしていたスポーツ活動を大きく制限してきました。私たちのスポーツクラブも、教室等の事業の中止や活動の縮小、結果として会員数の減少という痛手を負っています。

また、このコロナ禍で自由にスポーツ活動ができないという経験は、当たり前のようにスポーツができる有難さ、自由にスポーツ活動ができる生活の豊かさを改めて実感させてくれました。

完全な収束は見通せないものの、全国旅行支援キャンペーンの再開、外国人の入国規制緩和、各種スポーツ大会の選手や観客の入場に関わる手続きの緩和、地域のイベントの復活など通常の生活や活動に向かって動き始めている実感があります。私達も社会情勢を鑑みながらクラブの事業や活動を拡大・発展させていきたいと思いを新たにしているところです。

会員、地域の皆様方には、これまでに増してクラブの理念や活動に理解と賛同をいただき、様々な形でクラブを応援していただくと幸いです。

私たちは、元気なクラブを作ることで会員や地域の皆様のQOL (Quality of Life) を高め、地域やおひとりお一人のwell-being(幸福)の向上につなげます。今を、そのRe・スタートの時としたいと思います。



本事業はスポーツ振興くじ助成事業です。すべての事業は新型コロナウイルス感染予防対策を行って開催しています。

第3回フラット杯 ミニバスケットボール大会

4月30日(土)・5月7日(土) 会場：富山市婦中体育館

今年は、県内のみ8チームでの大会としました。4月から新6年生となったメンバーを中心に、今年度初めての試合とあって選手はもちろんコーチや保護者も緊張した大会となりました。今後も選手・指導者ともに一丸となり練習に取り組み、公式戦で1勝でも多くの結果を残せるようにしたいです。(指導者:小池)

第1回フラット杯 バasketボール交流大会

5月8日(日) 会場：富山市婦中体育館

中学3年生にとっては、入学してからコロナ感染拡大に伴い、対外試合が中止になる事が多く、今大会も久しぶりの対外試合で、選手だけでなく保護者の皆様にも大変喜んで頂けました。(指導者:川向)

第1回フラット杯 U-10バスケットボール交流大会

5月15日(日) 会場：富山市婦中体育館

<ジュニアチーム>フラットバスケJH 活動日/毎週月・金曜日 19:15~21:30 場所/速星中学校体育館

第15回フラット杯 U-12サッカー交流大会

8月28日(日) 会場：殿様林緑地公園サッカー場

コロナ禍でいろいろなイベントや大会が中止になる中、3年ぶりに開催することができました。例年二日間県内外16チームでの開催でしたが、今回はコロナ感染対策の為、一日の日程で県内8チームのみでの開催となりました。

そんな規制の中での開催でしたが、久しぶりの大会にピッチ内を元気に走り回る選手の姿に、応援する周りの大人も元気になってくれました。まだまだ本来の活動スタイルには戻れませんが、「出来ない」と諦めるよりも、どうしたら「出来るのか」を考え、今しかないジュニア期を楽しめるような環境を作っていきたいと思えます。

大会開催にあたり選手を支え準備を進めてくださったチーム関係者の皆様には感謝しかありません。これからも「楽しい」と思える瞬間を共に作り上げて行きましょう。(担当:吉澤)

<ジュニアチーム>婦中西部フットボールクラブ 活動日/毎週金・土曜日 19:00~21:00 場所/神保小学校グラウンド



みんな集まれ！チャレンジしようサッカー体験会 開催詳しくは近日発表します。

第1回 トランポリン交流大会

9月11日(日) 会場：富山市婦中体育館

県内から約120名の方に参加いただきました。

本大会では練習段階に応じて10個の決められた技を連続して演技し、その正確性や姿勢の美しさ、ジャンプの高さ等を判定し5点満点で採点しました。午後からは指導者研修も行われました。

フラットでは毎週土曜日に午前教室と夜教室の2つのトランポリン教室を開催しています。夜教室は大人の部もあるので親子での受講もできます。是非一度体験しに来てください。(担当:安土)

enjoyトランポリン教室 対象:小学1年~中学生 活動日/毎週土曜日 場所/婦中体育館 受講料/月2,000円

①9:30~10:30 ②10:35~11:35 ③11:40~12:40 ④19:00~20:30

大人のトランポリン教室 対象:一般 活動日/毎週土曜日 19:00~20:30 場所/婦中体育館 受講料/月2,000円



第1回 フラットパークゴルフ交流大会

10月16日(日) 会場：小杉パークゴルフ場

爽やかな秋晴れのもとパークゴルフを開催しました。変化に富んだコースを皆さん果敢に攻めていました。ホールアウトのあとは心地よい疲労感を感じながらいざバーベキューへ。おいしい食事・きれいな景色・楽しい会話を満喫した1日でした。参加して頂いた方、小杉スポーツの方、ありがとうございました。(担当:竹森)



自然体験教室 おでかけウォーク

- 5月29日(日) チャレンジウォーク速星駅から富山駅へ 35名
- 7月10日(日) 新幹線で行く 素敵 金沢 23名
- 9月19日(日) 富山市街をめぐるおでかけウォーク 8名
- 11月13日(日) ひとに逢いにいく八尾ウォーク 39名



たくさんのイベントに出演しました!!

HIPHOP教室 チームパピヨン

ふちゅうスポーツクラブで1番小さなキッズのダンスクラスです。イベント参加も少しずつ増え、10月16日、日中国交正常化50周年を記念した式典にてオープニングダンスを披露、10月30日は、ファボーレ太陽の広場でハロウィンダンスイベントに参加しました。メンバーのひとり1人が大きく成長し、キッズの未来がとても楽しみです。(担当:濱野)

開催日/毎週月曜日 18:00~19:00 場所/婦中ふれあい館 軽運動室 受講料/月2,500円



HIPHOP教室 チームスプラッシュ

小学2~4年生の明るく元気なダンスチームです!

8月28日 9月23日とグランドプラザのイベントに出演し、10月30日には、チームパピヨンと共にハロウィンイベントにも出演してきました。

子供達にとって久しぶりの発表会、ワクワク感が、とても伝わるダンスを披露してくれました。(担当:MOMO)

開催日/毎週月曜日 18:00~19:30 場所/婦中ふれあい館 大研修室

受講料/月2,500円



チアリーディング教室 チームホワイト&ブルー

11月3日に、鶴坂公民館の文化祭に出演し、いよいよ地域貢献活動が再開しました。皆さんに元気と笑顔をお届けできるよう、頑張っています。

挨拶、マナーはもちろん、チアリーディング活動を通じて、学びの場となるように努めてまいります。(担当:水口)

開催日/毎週水曜日/ホワイト:18:45~19:45・ブルー:19:30~21:00 場所/城山中学校

受講料/月2,500円

紹介した教室は体験することができます。お気軽に事務局までお問い合わせ下さい。