

スポクラニュース



●「廃線跡ハイキング」を開催しました!

地域の方々に、もつと気軽にスポーツを楽しんでもらえるよう、またスポーツクラブ21東山台の活動をもっと知っていただくため、「ハイキングに出かけよう!」と銘打って、五月三日(火・祝)に「**廃線跡ハイキング**」を企画しました。

初めての行事であり、「何人の方が参加してくれるのか」、不安がいつぱいでしたが、二〇名の方が事前に申し込みをされ一安心しました。

当日は、二名の方が飛び入り参加され、スタッフを含めて二四名で出かけました。少し曇っていてハイキング日和となりました。

一〇時に小学校を出発、二〇分後に福知山線の廃線跡入口に到着、ここからは武庫川溪谷を楽しみながら、真つ暗なトンネルでは懐中電灯をつけて足元の枕木に注意し、自然がいつぱいの谷合いを散策しました。



解散場所の親水公園には、一時間三〇分ほど到着し集合写真を撮って解散しました。解散後、河原へ降りて昼食をとるグループもあり、三々五々武田尾駅に向かわれました。武田尾温泉の「足湯」でハイキングの疲れを癒して

帰られた方々もおられました。全員が事故なく、無事に帰られたことがスタッフとしては満足でした。一一月三日(木・祝)に次のハイキングを計画しています。楽しみにしてください。

●プール開放に向け

「普通救命講習会」を開催!

七月九日(土)、朝から激しく雨の降るなか、西宮市北消防署にて「**救急蘇生法講習会**」があり、今年プール開放の監視当番をしていただける方を中心に二三名が参加しました。倒れている人を発見した時、意識を確認し救急車等を手配、心肺蘇生、人工呼吸という流れを各々が実践。その後AEDも使って、初めて触る方優先で、実際にパッドを貼り電



気ショックのスイッチを入れるという体験もしました。最後に、止血法やどこに物が詰まった時の対処、プールでの注意や熱中症の対策なども教えていただきました。

●小学校の「プール開放」、今年は四日、

全てを地域の一般の方に開放!

今年の「**プール開放**」は七月三〇日(土)・三一日(日)、八月六日(土)・七日(日)と二週に渡って、四日間の午後を小学生及び地域の一般の方を対象に行いました。天候に恵まれ、小学生一六四名、一般の方、大人六六名、未就学児四六名の参加がありました。

この地域にはプールがないので、チビっ子のいる多くのご家族の方々に喜んでいただけたいことをうれしく思います。いつも泳いでいる小学校のプールで、パパやママ、兄弟といっしょに泳いだ小学生はちよつと得意そうでした。連日の猛暑のなか子ども達が安全にプールで泳いだり、遊



んだりできるよう監視等でお手伝いいただいたサークル会員、保護者の方々、またご協力いただいた小学校の先生に感謝いたします。



スポーツクラブ21東山台 東山台ウォークラリー

協力:西宮市社会福祉協議会東山台分区分

●10月10日(月・祝) ☆参加無料、小雨決行

★一般受付・スタート/10:30~12:30(予定)

※開始時は混雑が予想されます。受付順に3~5分ごとの出発となりますのでご都合のよい時間帯にお越しください。

※所要時間:フルコース90分程度

(ハーフコースもあります)

●東山台周辺の公園に8つのポイントを設置

★一般受付・スタート/東山台小学校 駐車場

今年も東山台の名物イベント「**東山台ウォークラリー**

二」を体育の日に開催します!!

西宮市社会福祉協議会東山台分区分のご協力をいただき、多くの方々に楽しんでいただけるよう準備を進めています。ご家族やお友達・サークル仲間とチームを作り、ぜひ、ご参加ください。もちろんお一人での参加もOKです!

東山台でスポーツの秋を満喫しましょう!!

●持ち物/飲み物・タオル・帽子・汁椀・箸・雨具など

※詳細が決まり次第、回覧・ポスター等でお知らせします。

