

# スポクラニュース



## 親子体操

夏編3回シリーズ

※1回だけの参加もOK!

- ①7月16日(月・祝) 10:00~11:15
- ②8月5日(日) 11:00~12:15
- ③9月17日(月・祝) 10:00~11:15

●東山台小学校 体育館

●対象:満3~6歳(未就学)の幼児とその保護者

●参加費:親子で1回300円(保険代等)

●講師:立溝涌一氏

恒例の親子体操を今年も開催。

子ども達はお父さん・お母さんといっしょに遊ぶのが大好き!

広い体育館でボールやとび箱、

平均台などを使って楽しく遊びましょう!!

うれしいプレゼントもあります。

<持ち物>上履き・普段使っているボール・飲み物・タオル ※動きやすい服装でお越しください。



よりクォーターテニスを行います。クォーターテニスは硬式テニスの四分の一のコートでスポンジボールを使って



西宮市放課後子供教室

青少年愛護協議会

●コミュニティスポーツのお知らせ  
**体育館開放 初回「クォーターテニス」**  
 「気軽にスポーツ」派の方たちのために今年度「体育館開放」事業を企画しました。西宮市の放課後子供教室とし、対象は小学生から高齢者の方まで、種目は今年度前半の8回は「クォーターテニス」と「バドミントン」です。運動が苦手な方でも楽しく体を動かせる憩いの場になればよいな、と思っています。  
 初回の四月二十八日(土)は午前一〇時



GWのさなかの四月三〇日(月・振)今年も「エクササイズバラエティ」を東山台小学校の体育館で開催しました。そのうち午前一〇時から「スポーツ吹矢体験会」には子ども九人を含む二〇人が参加。名塩スポーツ吹矢クラブの足立先生をはじめ七名の方に丁寧に指導していただき、皆さん爽やかにビシッ、ビシッと的に矢を吹き込んでおられました。同時に行われた「ポッチャ」は地上のカーリングといわれ、ピョンチヤンオリンピックを思わせる真剣な投球で歓声が上がっていました。  
 一時半からは「ステップ台エクササイズ」。軽快な音楽に合わせ乗っていく子ども達!疲れていく大人の方々も初めてとは思えない難しいステップにも挑戦し心地よい汗を流すことができました。

プレイする西宮市推奨の優しいスポーツです。この日は集まった二〇人の参加者と運営側のスタッフでいっしょに楽しい汗を流しました。  
 次回は五月一九日(土)、詳しく体育館横ポスターに掲載。この企画に興味があり、ボランティアとして運営側の委員になってくださる方も募集中です。



## スポ~ツ イベント ラリ~ ●東山台小学校 体育館 ●参加費 100円

バスケットボール

### B B フェスタ

●5月20日(日)

・小学生の部 13:00~15:00

受付/12:45~ 保護者の参加大歓迎!

・中学生から大人の部 15:00~17:00

<持ち物>上履き・飲み物・タオル

※運動のできる服装でお越しください。

低学年のお友達、未経験のお父さん、お母さんも大歓迎!親子いっしょにバス



ケットを体験してみませんか!?簡単なルールでどなたでも楽しめます。みなさまのご参加をお待ちしています。

### 剣道体験フェスタ

●6月10日(日) 10:00~12:00

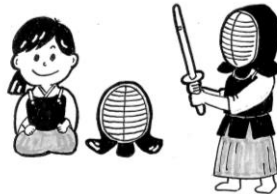
<持ち物>飲み物・タオル

「剣道ってむずかしそう!」そう思いませんか?竹刀の持ち方からやさしく先生が教えてくださいます。

ご家族やお友達といっしょに、ぜひ剣道を体験してみてください。

楽しいゲーム

も予定しています!みなさま、奮ってご参加ください。



### ファミリーバドミントン

●6月23日(土) 9:00~12:30

受付/9:00~9:30

※1~2人での申し込みもOK!

こちらでチームを編成いたします。

<持ち物>上履き・飲み物・タオル

※運動のできる服装でお越しください。

3人対3人で行い、短いラケットで羽根つきのようにシャトルを打ち合う競技です。お子さんといっしょに老若男女を問わずどなたでもお楽しみいただけます。みなさま、奮ってご参加ください。

