文部科学省推進事業　総合型地域スポーツクラブ[Goppoええぞなクラブ]会報誌

平成24年度8月、9月号　No.41

ごっぽっ報（ぽう）

Goppo
ええぞなクラブ
Goppo

＜問（と）い合（あわ）せ先（さき）＞「Goppoええぞなクラブ」事務局（じむきょく） TEL /FAX　0836-39-6336 携帯090-3175-6144
(E-mail)goppoeezona@yahoo.co.jp（ホームページ）http://goppoeezona.ddo.jp/
〒755-0241　宇部市東岐波4138番地11　　[平日9:00〜18:00]

★**金額変更について**。卓球教室・卓球ｸﾗﾌﾞは今までは両種目合わせ会員1週間100円でしたが、9月より消耗品、修理代等の理由から教室、ｸﾗﾌﾞの料金をそれぞれ1週間100円といたします。また、非会員の参加費は教室・ｸﾗﾌﾞそれぞれ7月より1回300円となります。ご了承ください。

★**護身術教室について**。7月より土曜日19:00〜20:30となります。

★各教室のお休み等は裏面のｶﾚﾝﾀﾞｰ通りになります。

★11月23日〜25日　10:00〜16:0より阿知須ｻﾝﾊﾟｰｸにてGoppoで活動中の篆刻教室の展示会を行います!是非ごらんください。

〈行事案内〉参加者募集!多数のご参加をお待ちしております。

校区夏まつり

今年もGoppoええぞなｸﾗﾌﾞは ﾋｭｰｽﾄﾝで参加予定です。是非ご参加ください!

日　時：平成24年8月4日(土)18:15〜21:30
会　場：東岐波小学校運動場
　　　1回100円

特設貯筋運動教室

日時：平成24年9月6日(木)〜11月22（木）
　　14:00〜16:00(毎週木曜日)
　　　　3ヶ月間申込者限定教室

場所：Goppoクラブハウス
講師：長野　由美子　先生
定員：30名（60歳以上、独歩可能な方）
締め切り：8月20日(月)

※貯筋運動クラブ（日）、（月）とは別物です。
なお、貯金運動教室中[9月〜11月]は月曜日の貯金運動クラブはお休みいたします。

スポーツ指導者派遣助成事業

NEWスポーツ教室

9月から12月まで2週間に1回行う予定です。
1回目：9月16日(土)13:00〜15:00　[けん玉教室]
　場所：Goppoクラブハウス
2回目：9月未定
1回目[けん玉教室]締め切り：9月7日（金）

ｶｯﾀｰｾｰﾘﾝｸﾞ講習会

日時：平成24年8月18日(土)9: 30〜
　　　　　　19日(日)7:30〜14:00
共催：宇部市海洋少年団
参加費：4,000円(保険料込み)
※1日のみ参加2,000円
対象：小学4年生〜高校生まで
募集人数：30名(先着順)
※定員になり次第終了
詳細は募集要項をご確認ください。
締め切り：8月10日(水)12:00まで

Goppoええぞなええぞなクラブ会員交流会

10月13日(土)はGoppoええぞなｸﾗﾌﾞ☆初☆会員交流を図る交流ｲﾍﾞﾝﾄです。

日時：10月13日(土)16:00〜19:00予定
場所：Goppoクラブハウス
参加費：小学生1,000円、中学生以上2,000円
締め切り：9月28日（金）

各教室紹介&ﾊﾞｰﾍﾞｷｭｰの予定です。
ぜひご参加ください。

Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo Goppo

<行事実施報告>

ｽﾃｯﾌﾟｱｯﾌﾟｾﾐﾅｰ卓球編ﾊﾟｰﾄ1

6月16日(土)Goppoええぞなｸﾗﾌﾞﾊｳｽで現役卓球選手福田明子先生に指導をして頂きました。参加者は26名。ｱﾝｹｰﾄでは、身近な方が講師に来てくださって勉強になった、話を聞き実技の指導を受け大変良かった等、参加して良かったという感想がありました。

ｽﾃｯﾌﾟｱｯﾌﾟｾﾐﾅｰ剣道偏ﾊﾟｰﾄ2

7月7日(土)こころの医療ｾﾝﾀｰ体育館で前回ご指導いただいた村田先生とｻﾎﾟｰﾄに来てくださった宮本先生に基本動作を中心に教えていただきました。参加者は16名。小学生と中学生以上に分かれて稽古しました。最後は全員そろって、新聞紙を竹刀や木刀で切るという興味深い練習方法の指導もあり、普段とはひと味違った稽古ができて、大変楽しい充実したｾﾐﾅｰでした。

ﾌﾟﾛ野球観戦 Go!Go!2012

平成24年6月23日(土)

今年の参加は29人。対戦相手は宿敵北海道日本ﾊﾑﾌｧｲﾀｰｽﾞです。東岐波ふれあいｾﾝﾀｰを9時に出発。11時45分に到着し、試合開始の14時まで思い思いの時間を過ごしました。試合前には鈴木雅之(元ﾗｯﾂ&ｽﾀｰ)のﾐﾆｺﾝｻｰﾄがあり、いつもとはちょっと違う雰囲気で試合が始まりました。試合は7回まで6-1とﾌｧｲﾀｰｽﾞがﾘｰﾄﾞし、ﾌｫｰｸｽは苦しい試合展開となっていましたが、8回裏2ｱｳﾄからの見事な3連打で逆転勝利!最高のｹﾞｰﾑを観ることができました。帰りのﾊﾞｽでは勝利ﾁｰﾑｸｲｽﾞの表彰式で盛り上がりました。ぜひ来年もみんなで行きましょう!(ﾌｫｰｸｽﾌｧﾝより)

〜〜

Goppo 会員の声

2回目は【**太極拳**】に参加している方の声です。

自分も「参加者の声」に参加したい!という方は是非ご連絡ください!

入会して6年が経過します。重心を低く、肩の力を抜いてのゆったりした動作は、不思議と多くのエネルギーを消耗します。おかげで、風邪を引きにくい体質になり、毎年悩まされていた花粉症も次第に軽くなった感じです。特に足腰を鍛え、老後の健康維持には何より適した運動と実感しています。教室は週1時間ですが、教室開始前に会場準備や前回までの復習、体幹運動などで体をほぐしています。時間のほとんどがストレッチで、24式太極拳の型の指導はわずかですが、大変緊張します。いつもGoppo仲間との会話も楽しみに参加しています。

太極拳教室：中野明子

次回は【卓球教室】の方です!おたのしみに!

事務局一言:今年も暑い夏がやってまいりました、熱中症等ならないよう水分補給に気をつけたいですね