



いるか

AUTUMN EDITION

発行 スポーツハイツ

〒166-0013 東京都杉並区堀の内2-6-21

TEL.03-3316-9981

編集・制作 株式会社 スリーループ

DTP協力 株式会社 アクシスエージェンシー

『スポーツハイツ・オープン』開催!



2017年9月18日(月・祝)に校内記録会「スポーツハイツ・オープン」を開催しました。参加人数は男子82種目、女子69種目の合計151種目に参加。非常に盛り上がり、今回、18年ぶりの校内記録会開催で、私達は初めての大会運営でした。とにかく無事に、怪我なく終われるよう行いました。そして人生初めてのスターター、「テイクアマーク」(従来の「ヨイ!」から英語に変更された)を言いました。日本語の発音でしたね。恥かしい。本当に難しかったなと思います。

その他にもタイムテーブルを見ながら、時間通りに進められるか不安でしたが非常に早く終わりました。思っていたよりも時間が早く終わったり、スタートが難しかったり、まとめるのも手探りでしたが、とても楽しく出来ました。そして、やはり全員リレーや育成VS指導員対抗リレーは楽しかったです(笑)(若林)



2016~2017年・選手育成活動報告!



若林と松本先生の2人での対応が春より藤田先生が加わり、3名での選手育成運営となりました。これにより、これまで1つのまとまりで行っていた練習が、10歳までのクラス、11歳~18歳までのクラスの中で2つに分けて3班での編成が可能に。以前にもましてより個別な対応が可能になりました。また、昨年より行っていたビデオ配信は引き続き、メッセージアプリ「LINE」に各自に配信。動画を見て反省点などを先の練習で活かす試みを続けています。

その成果が表れ始め、3月・7月のジュニアオリンピック東京都予選への出場者数が増え、ジュニアオリンピック出場が見えてきている選手も増えてきました。しかしもう4年、全国大会の地を踏んでいません。そろそろ行きたい全国大会。スタッフ一同頑張ります。以下、和田掘運動公園で行われた杉並区民大会結果報告です。(若林)

＜高校生＞			
100mバタフライ	稲村慎二	1分07秒81	第3位
50m自由形	稲村慎二	26秒84	第3位
＜中学生＞			
男子			
100m自由形	伊藤 颯希	1分06秒47	第3位
50m自由形	高橋 拓巳	28秒92	第2位
	黒澤 藍	30秒47	第3位
50m平泳ぎ	伊藤 颯希	36秒57	第2位
50m背泳ぎ	高橋 拓巳	33秒04	第2位
メドレーリレー	(高橋 拓巳・伊藤 颯希・黒澤 藍・高橋 拓巳)	2分11秒99	第2位
フリーリレー	(伊藤 颯希・黒澤 藍・高橋 拓巳・黒澤 藍)	1分56秒59	優勝
女子			
100m背泳ぎ	宮内 樹花	1分16秒65	第2位
	武田 咲樹	1分24秒82	第3位
50m平泳ぎ	三上 詩織	40秒72	第2位
50m背泳ぎ	宮内 樹花	35秒82	優勝
メドレーリレー	(武田 咲樹・三上 詩織・佐藤 七美・宮内 樹花)	2分24秒77	第2位
フリーリレー	(佐藤 七美・武田 咲樹・宮内 樹花・三上 詩織)	2分07秒23	第2位
	(佐藤 七美・武田 咲樹・宮内 樹花・三上 詩織)		
			以上



今年はお子さんがとても多く、迎えるゴースト達もちょっと戸惑い気味かな笑。スタンブカード、お菓子袋と準備はいいですか? 言葉のトリックオアトリックも忘れずに言え、5つの部屋のクリア目指して出発です!

◆第1の部屋「ピエロの箱」
部屋に入ると2人のピエロがみんなを迎えてくれます。大きな箱にはみんなの手が入るくらいの穴がいくつかあいていて、ピエロたちは箱の中に何かをかくしているようで、その中身を当てないと次に進められないようです。みんなは箱の中身を当てられたかな?

◆第2の部屋「伯爵の館」
メイドさんがあれや? これや? と洋服を選んで、伯爵もこれからハロウィンパーティーに出席するため、メイドさんに衣装を用意する様伝えたいようすが、どうにもこのメイドさんセンスがないらしく、伯爵の衣装が用意出来ずいます。ここでメイドさんひらめいた。みんなに手伝ってもらおう! 伯爵の希望は「ドラキニラ伯です。みんなで協力して伯爵をドラキニラ伯にできましたか?」そして伯爵は無事ハロウィンパーティーに参加できたでしょうか(笑)

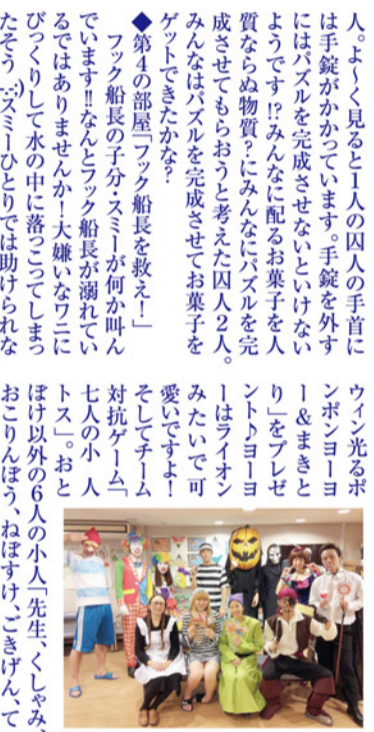
◆第3の部屋
「囚人の脱獄計画」
部屋の中には2人の囚人

2017年11月の「いるか」の「ハロウィンパーティー」
日本でもクリスマス次に大イベントになりつつあるハロウィン。スポーツハイツでもハロウィン当日の10月31日にパーティーを開催いたしました。今年も早々に満員御礼となりました。今年もみなさんをお出迎えするのは、白雪姫と七人の小人の1人おとぼけです。ようこそ! いるかハロウィンパーティーの森へ!!

◆第4の部屋「フック船長を救え」
フック船長の子分「スミ」が何か叫んでいます!! なんとフック船長が溺れているではありませんか! 大嫌いなワニにびびりして水の中に落ちてしまっただろう(笑) スミひとりで助けられないうので、みんな協力をお願いします! フック船長は無事助けられましたか? でしょうか?

◆第5の部屋「暗闇の部屋」
暗闇の中を進んでいくとそこにはゴースト、ピクパキンが!! このピクパキンに気を取られているとものすごい音でドアが閉まります。そこにはもうひとりのゴーストが!! ピクパキン部屋の要領に答えられなければこの部屋からは出られません。正解は出せたかな?

5つの部屋を無事回りスタンプをゲットできたお友達にはおとぼけから「ハロウィン光るポンポコ」のプレゼントを、おとぼけ以外の6人の小人「先生、くしゃみおこりばう、ねほすけ、ごきげん、おれすけ」の前のボードにお手玉が入れば得点ゲット。合計の点数が一番多いチームが優勝! 今年はゴウモリチームでした! そして今年も仮装賞! 男子の賞、女の子賞、特別賞、大賞と4つの賞の発表です! 今年の大会の仮装は今までになく、本格的でビジュアル!! 是非、館内に掲示してある写真をご覧ください! ホントに今年の仮装は、ベルがあがって、ホントにゴウモリチームがかかして、いられない。そんなスボイのハロウィンパーティーも来年は第100回目となります! 記念すべき第100回盛大に開催できたらと思います! ゴースト達も思いまわす! ゴースト達も思いまわす! ゴースト達も思いまわす! ゴースト達も思いまわす!



RLSSA指導員資格取得および更新講習会報告

スポーツハイツでは、オーストラリア・ロイヤルライフセービング協会(RLSSA)と提携して、水の事故防止を目的に小中学生対象のRLSSAプログラム「スイム・アンド・サバイブ」を導入しております。子供達が成長するにつれ、水のある環境に生活圏を広げていくことに対し、必要な知識を提供し、自分で身を守る技術を伝えることで、自分自身を気づかい、周りの人を気づかせる、自分で判断して行動することを身につけて欲しいと願っています。4泳法の段階的の泳法習得はもちろんのこと、それと併行して段階的安全項目のカリキュラムを同時に進めています。そのために、当スクールの指導員は全員RLSSAのインストラクター資格を取得しております。資格を取得した後も毎年、資格更新講習において筆記試験、ならびに厳しい訓練と実技テストが義務付けられております。本年も11月3日と5日の2日間にわたって講習会が実施されました。実技テストでは「全行程30分かかる着衣泳」、「5分間立泳ぎ」、「600m完泳」さらに「100mコンタクトレスキュー(泳いで溺者救助)」、「サバイバルテクニクや救命胴衣(PFD)の取り扱い」、「CPR(心肺蘇生法)+AED(自動体外式除細動器)」等々を行いました。



流れるプール&ファミリーデー

10月29日(日)午前中に、恒例の「流れるプール」と午後にはファミリーデーが開催されました。この日はあいにく、今期最後の台風22号が夜に関東に最接近した日でした。いつもより参加者が少ないようでしたが、フロアマシンをフル回転して「流れるプール」に大変身するイベントは相変わらずの人気でした!!

紹介キャンペーン締切り迫る!! 11月末日まで!

プールを始めようと思っているお友達・ご家族をご紹介くださいー!
ご紹介には「マックカード」<クオカード><図書券>などがもれなく当たるスクラッチカードをさしあげます。フロントにて「紹介カード付チラシ」配布中!

9月23日(土・祝) パパあつまれ! 親子水泳&ベビースイミング体験会

【親子水泳】
3才~未就学児はパパ・ママが直接のコーチ役となって、親子で水泳の基礎としての水慣れを中心に体験会を行いました。顔を水につけたり、水中で口や鼻から息を吐く練習は将来の泳ぎにつなげる基礎訓練になります。パパママの肩につかまって浮いたり、バタ足をする練習もしました。大きいマットに寝そべってリラックスして浮いて、パパとゆらゆら散歩もしました。パパたちにも、水中でお子さんをどのように補助したらいいのかを体験していただきながら楽しい時間を過ごしていただきました。この体験会から何組かの新しい仲間がスポハイのメンバーになりました。これからも一緒に頑張りましょうね!

【ベビースイミング】
今回のベビースイミング体験会では夏に引き続き、終始泣いているお子さんが多かったですね(笑)。そんな中、パパたちがとても積極的に取り組んでくださり、まさに「イクメン」姿を見させていただきました。頼もしかったですね!! パパ・ママが泳げなかったって構いません!! 水場の危険を知って、安全に楽しむことを覚えていただき、親子のスキンシップであつたり...とどどんプールや水遊びに興味をもったいただけありがたいなあ、とコーチ一同思っています。ぜひ興味のある方はスポーツハイツにお越しください!! (奥田)

・3才~未就学児は親子水泳(日曜日の親子水泳は5才まで)!!
・6ヶ月~2才11ヶ月はベビースイミングクラス!!

今年もサンタがいるかプールにやってくる!!

★12月23日(土・祝) X'mas会 参加者募集!!

プレゼントもらえるよ!

子育て応援券利用できます!!

今年もプールサイドでキャンドルサービスやります!!

ちびっこクリスマス		ベビーファミリークリスマス	
■時間	10:00~12:00(受付開始9:45)	■時間	10:00~12:00(受付開始9:45)
■対象	当スクール会員の幼児~小学生1・2年生 ※原則として当スクール会員としますが、お友達、ご兄弟などの参加を希望される方、フロントにご相談ください。	■対象	6ヶ月~3才までのお子さんと保護者、ご家族、お友達
■定員	40名(先着順・定員になり次第締切)	■定員	20組(先着順・定員になり次第締切)
■参加費	1人1,080円(税込) ※子育て応援券対応	■参加費	1組1,080円(税込:ベビー+保護者) ※子育て応援券対応 ※ご家族参加は500円でさらに2名まで追加参加OK!!
■申込	スポーツハイツフロント <申込締切:12月16日(土)>	■申込	スポーツハイツフロント <申込締切:12月16日(土)>