



## 趣味を新しく初めてみよう！

風薫る5月、1年のうちでもっとも過ごしやすい季節になりました。皆さんはゴールデンウィーク……どんなふうに過ごしましたか。家族で旅行に行った人、遊園地で楽しんだ人、家でのんびりした人、それぞれの連休が終わって、さあ気分一新。今日からまた学校生活が再開します。休みが続くと、生活がだらけがちになります。しかし、集中して勉強を行い、運動が上手にできるようになるためにも、そして病気やけがの予防にも、“早寝、早起き、朝ごはん”がしっかりでき、生活リズムが整っていることがとても大切です。学校が始まると学校生活の時間に合わせてリズムができるので、今がチャンス。家での宿題やお手伝いも含め、ペースをつくっていきましょう。

そして、5月は「趣味」という言葉を「物事の味わいを感じとる能力」ととらえ、その人の人生観や価値観をあらわすものと考えてみませんか？よく子供達が口にする言葉に、「自分探し」があります。今の「自分に何ができるかわからない」「自分は何に向いているかわからない」と言います。しかし、「落とし物じゃないからそこらに落ちていないよ。君の身体のなかに潜んでいるものだ。それを発見するために、今以上に勉強し、何でも体験し、新しいことにチャレンジしてみませんか？」初めてすることには胸がときめく。何でも新鮮に感じる。例えば、日記をつける、詩を書く、絵を描く、旅をする、スポーツにチャレンジする、名作を読むなど。今までやったことがないことをやってみる。そんな「五月晴れ」のように晴れわたった空のもと、気持ちも体も外に向かってみましょう。



所長 早田 隆

## ～振替枠に限りがございます～



登録クラスへの出席向上にご協力ありがとうございます。  
現在、振替を受け入れるブロックにも人数制限があり、クラスによっては、振替が取れない状況も発生しております。今後とも、出来るだけ正規のクラスで、同じ担当コーチの下で練習を行うことが、成果を出せる事をご理解頂き、振替制度をご活用下さい。

### ○振替のポイント○

学校行事や体調等の理由でお休みした場合、1回お休みしてしまうと、2週間練習が出来ない状態を緩和する制度です。

### ○振替を取って頂く際のお願い○

- 定員により、お取り出来ない曜日、時間帯が生じる場合がございます
- お子様の年齢、レベルにより、違う時間帯をご案内させて頂く事があります。
- 都合により振替をお休みする場合は連絡をお願いします。

(お休みの振替の振替はお受け出来ません。)

- 進級テスト期間中には、振替は出来ません。



## ☆ムーヴ体操発表会詳細決定！☆



ムーヴ体操発表会の詳細が決定しました。マット・跳び箱・鉄棒などの決められた演技を披露する競技会形式の発表会となります。なお、今回の7月の発表会は、10月に開催される『ムーヴカップ』の予選会を兼ねています。普段の練習では味わえない緊張感の中で、練習成果を発表して欲しいと思います。多数の参加をお待ちしております。

### ＜発表会ねやがわ大会＞

日 程：平成30年7月8日（日）  
会 場：KSCねやがわスポーツクラブ体育館  
時 程：園児・初級の部 13:00～  
          中級の部 15:00～  
          上級の部 16:30～

※申し込み人数により、開始時間が変更になる場合がございます。

参加費：園児の部 1,500円・その他の部 2,000円

受付開始：平成30年5月7日（月） 9:00～

内 容：演技内容はHPにてご覧いただけます。  
          その他申し込み後プログラムにて案内となります。



ヘッドコーチ  
吉田 智朗



<http://move-tc.jimdo.com/>



### ★MOVE姉妹校紹介★

MOVE gymnasticsClub KSCねやがわ  
豊中駅前校 豊中柴原校 スポーツアカデミー

～スタッフからの  
お願い～

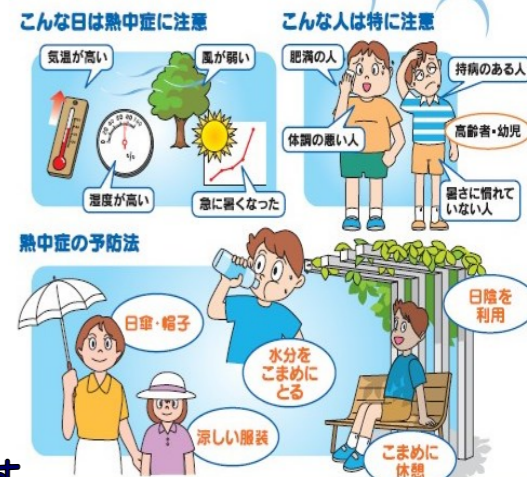
## STOP! 熱中症!



熱中症は気温などの環境条件だけでなく、体調や暑さに対する慣れ等が影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも「湿度が高い」・「風が弱い」などの日や、身体が暑さに慣れていないときは注意が必要になります。

### 熱中症を予防するにはどうしたらよいの？

- 無理をせず徐々に身体を暑さに慣らしましょう
  - 室内でも温度を測りましょう
  - 体調の悪いときは特に注意しましょう
- 気候が変化しやすいこの時期は特に注意をしましょう！



ご協力のほどよろしくお願いたします。

## お友達紹介キャンペーン!

もし、仲良しのお友達が、「〇〇ちゃんと一緒に体操教室に行ってみたいな」と言ってくれたら・・・仲良しのお友達をぜひKSCのコーチに紹介してください! お友達と一緒に上手になろう! また、ご質問等はコーチになんでもお尋ねくださいね。

**お友達紹介キャンペーン**  
期間: 5月6日(日)~6月2日(土)  
紹介者へ1,000円ギフト券  
(5月中旬以降のお渡し)

## 夏休み短期教室開催決定!

夏休みの水泳・体操短期教室に参加して、子供達の「できた!」を増やしましょう! 日頃のレッスンに加え、数日間連続で練習を行う事で、一段と技術の上達が期待できます。また、日頃水泳のみ、体操のみにお越しいただいているお子さんは、是非この機会に別の種目にチャレンジしてみたいか? 皆様方のご参加をお待ちいたしております! 詳細は決まり次第お知らせします。

## 選手だより 79th STG選手権

in ラクタブドーム 〇4月8日(日)〇



4月8日(日)にラクタブドーム(門真市)で「79th STG選手権」に47名の選手が出場してきました。チーム総合4位という結果でした。今年度初めての試合となり、オフシーズン期間中に一人一人の課題と向き合い練習した結果を出す機会となりました。試合後に新たな課題を見つけることが出来た試合になりました。今夏のJOに向けて気持ちを新たに頑張っていってください。

## 選手コースで速くなろう!

シリコン帽子以上(8級以上)で今よりもっと速く泳ぎたい! もっと上手になりたい! など選手コースに興味がある方は、選手担当中村までお問い合わせください。



~選手担当~  
中村 照宏

## 成人だより STGマスターズ特別練習会開催決定!

### ☆特別練習会☆

参加費: 無料  
日程: 5月21日(月)~6月1日(金)  
毎週月・木曜日 5月21・24・28・31  
時間: 13:15~13:30  
対象: STGマスターズ出場者

6月10日(日)のSTGマスターズを前にスタート・ターンの練習やリレーの引継の練習等を中心とした特別練習会を今回も行います。今大会は、水深2Mという事もあり、ルールの制限などが変更になっている種目もあります。是非ご参加下さい。

## 春の無料レッスン体験をしよう!

5月組限定で、成人クラスであればどのお時間でも無料体験をしていただけます。プールで泳いだり歩いたりしてみませんか? プール内ではフリープログラムもあり、初心者の方から気軽に参加いただけます。また、カルチャーではダンスやエアロ等ありリズムに合わせて楽しめます。



~マスターズ担当~  
福田 智史

## 野外活動だより

KSCの野外活動は、年間通して子供達の健全な健康づくりを目的に、四季折々様々な内容のイベントをご用意しています。ぜひご参加ください。



## いちご狩りに行ってきました! in 信貴山のどか村

〇4月22日(日)〇

4月22日(日)にのどか村(奈良県信貴山)でいちご狩りをKSCのお友達と楽しむことができました。食べ放題の新鮮ないちごを頬包みしました! 現地のいちごは甘い香りがたくさんしていました。お昼からは大自然の中でお弁当を広げて仲良くみんなで食べたり、のどか村の中心にある芝生広場で遊んだりしました♪ また、みんなで楽しみましょう!

## 潮干狩り募集中! in 淡輪ときめきビーチ

〇5月27日(日)〇

毎年恒例の潮干狩りを今年は淡輪ときめきビーチで行います☆ 淡輪ときめきビーチはせんなん里海公園の中にあり、海と共にくらしてきた文化が色濃く残されている地域。浜辺・磯場・漁業・漁港・神社・まつりなどがたくさんあり、「さとうみ」と呼ぶに



### ☆潮干狩り☆

参加費: 6,750円(税込)  
日程: 5月27日(日)  
対象: 5歳以上  
会場: 淡輪ときめきビーチ

ふさわしい自然・社会環境が残されています。また、採った量に関わらず、砂抜きをした新鮮な貝(あさり)を持ち帰れるため、貝毒の心配はありません。

今年もたくさんのご参加を、お待ちしております☆



~野外活動担当~  
福田 智史

野外活動のご相談等はフロントもしくは担当: 福田までお願いします。

## 月火 クラブカレンダー

5月 5月6日(日) ~6月2日(土)							6月 6月3日(日) ~6月30日(土)						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31	6/1	6/2	24	25	26	27	28	29	30

### 【各諸届期限】

退会...★退会希望月の15日まで  
休会・クラス変更...☺ 希望月の前月の20日まで  
進級テスト日...白抜き文字  
※振替練習はお取りできません。  
会費引落日...〇印 毎月10日  
曜日や時間によって振替が難しい場合があります。予めご了承下さい。  
カレンダーを確認して、お休みされない様をお願いします。

## KSCねやがわスポーツクラブのWEBを是非活用ください♪

イベントや休講・休館日の案内等の情報が閲覧できます。  
http://neyagawa.ksc-kk.com



facebook →

