



向陽スポーツ文化クラブ会報

発行：瀧水昇二郎
東京都杉並区下高井戸 3-24-1
向陽中学校内クラブハウス
<http://www.kscc.jp>
TEL. 03-3329-3935

No.101

2014、12、15 発行

平成27年度にむけてのお知らせ

有料化について

100号でもお知らせしましたように来年度1月より学校施設利用も有料化されます。

主な改定内容

使用料は1時間単位になり、(1時間に満たない場合は、これを1時間とします。)また登録団体の半額制度は廃止となります。

学校施設の1時間当たりの使用料は、体育館500円、校庭200円、テニスコート1面100円、校庭照明設備、向陽中の場合800円となります。照明代は金融機関で支払う方法でしたが、これも学校施設使用券で支払うようになります。

小中学生の団体と認められた団体(サークル)は今まで通り使用料免除です。

新クラブハウス利用は当面今まで通りです。ただし、旧クラブハウスは現在、学校施設になっており、陶芸部などは1時間当たり100円の使用料がかかります。

支払方法

区で発行する100円券、200円券、500円券の3種類の学校施設使用券を使用料分、改定された使用届に貼って支払います。学校施設使用券は各区分民センターで発売しております。テニスサークル以外は、各サークルで使用券を購入して頂くことを原則としたいと思います。お問い合わせは、細かいことについては、サークルごとの事情を考慮して、使用券の扱いを決定する予定ですので、事務局にご相談ください。

40周年について

27年度中にKSCCが創立されて丸40年になります。40周年の記念事業について理事会で決まったことをお知らせします。

- 出来るだけ大勢の会員が集まれる記念懇親会にする。
- 日程は暑すぎず寒すぎの時期にする。
- 10周年、20周年、30周年と

記念誌を発行してきたが、今までの様な記念誌の発行はせず、その代りの特別な会報または小冊子を発行する。

○眞淵校長先生が編集した万葉植物園の小冊子を発行する。
○斉藤副会長を実行委員長にして、特に若い理事さんを中心に、創立40周年懇親会実行委員会を立ち上げ、どのような懇親会を行うか、具体的に企画してもらおう。

以上のような大枠を決めました。日程や場所などこれから決めますので、理事さんでなくても企画に参加しても良いという方は是非声を挙げてください。また要望などありましたらお寄せください。

因みに30周年記念懇親会は向陽中学校の体育館をお借りして、小学生も参加の会でした。会員数も多く、中々会員一同が、集まれる会を開催するのが困難な現状です。懇親会に参加することで一人でも多くの顔見知りが増えることを願って、多くの方に参加して頂きたいと思っております。

瀧水 記

第40回スキー教室のお知らせ

開催日：平成27年3月29日(日)から
3月31日(火)(2泊3日)
場 所：志賀高原横手山スキー場
参加費：36,000円(予定)(リフト代別)
募集要項は1月上旬に近隣の小学校に配布予定です
問合せ先：クラブハウス 3329-3935
日曜日のみ(10時から16時)

親子での参加歓迎です。



第39回スキー教室参加者の皆さん

向陽万葉植物園は

地域の私達の宝物です

向陽中学校の敷地の奥、クラブハウスの前庭から学校の西門までの柵内に作られた向陽万葉植物園は、昭和62年、当時校長であられた高橋先生のご尽力で、中学創立40周年を記念して、「学校、家庭、地域の連帯」のシンボルとして誕生しました。

万葉集には四五一六首の歌が収められていますが、その中で植物に係る歌が一七〇〇首あり、詠まれた植物が一六〇種あるといわれています。

この万葉集に詠まれた植物を集めた庭が万葉植物園で、国内各地にあります。私たちの向陽万葉植物園もその一つに登録されています。

我が向陽万葉植物園は一二〇種を集め、その植物を詠んだ歌を添えて四季折々にご覧いただけるように整備しているのが自慢です。杉並町デザイン賞、杉並百景にも選ばれました。



向陽万葉植物園

万葉集でよく詠まれた植物を多い順にあげてみますと

萩一四二首、橘一三八首、梅一一九首、ひおうぎあやめ七九首、松七七首、藻七四首、橘六九首、稲五七首、葦四九首、桜四六首、芒（をばな）

四四首ですから、飛鳥、奈良時代の人達は桜より梅を、中でも萩を一番身近に感じ、心を寄せていたことがわかります。ただし、この中で二番目に多く詠まれた橘は、向陽では残念ながら、今年、枯死して現在はありません。

樹木は枯れても補充が可能ですが、私共、整備担当者が苦戦を強いられているのは草類です。万葉集には私たちの

「食」に関する植物も多く詠まれています。にら、うり、のびる、蓮などはまだ管理しやすいのですが、稲、麦など、一年草を絶やさずに作り続けるのは、かなり大変です。ひえ、きび、粟などは種子の入手すら困難です。

歌碑の書き替えが終わったのに、欠落している植物があるのは、こういった事情があるからです。夏枯れ、冬枯れもあり、季節で姿を消してしまうものも、あります。

冬を迎える今は、橘が黄色い実をつけているくらいですが、今年は残りの萩がまだ少し見られます。

わが丘の秋萩の花風を疾み

散るべくなりぬ見ぬ人もがな

大伴旅人

万葉植物園のボランティアを募集しています。月一回（第4

火曜日の10時から12時）で、2時間程度の軽めの作業です。詳細は「山桑の会」担当者にお問い合わせて下さい。

植物園でボランティア活動をするのでなにか新しいことを発見できますよ。山桑の会

学校開放公開講座

「徒然草を読む」終了

昨年に引き続き、今年も牧野玲子氏を講師にお迎えして六月から始まった「徒然草を読む」は、十二月の最終回で終了します。

受講者の半数近くは昨年からの方でしたが、今年からの方もかなりおられ、毎回、40人近くの方が熱心に講義を受けました。

今年は下の百三十七段「花はさかりに、月はくまなきをのみ、みるものは」から始まりまし

たが、まるで講座に合わせたかのように、サントリー美術館と横浜市の神奈川県立金沢文庫の二ヶ所で「徒然草」をテーマにした展覧会が開催されました

講座では二つの展覧会を取り上げた新聞記事や、兼好の自筆のコピーなども資料に添えてくださったので、受講者の多くの方が「徒然草絵巻」で徒然草をより身近に感じ、兼好の出自を推測する楽しみも味わうことができました。

この講座が来年も開講されることを願っております。晴気

ふれあい

バスの旅終了に思う

過去12年に渡り、区役所福祉課よりマイクロバスをお借りして、バスハイク、ミニバスハイクを楽しんで来しました。

バスハイクは年1回、9時間。ミニバスハイクは3時間、バスが空いていれば、年に何回でも借りられました

その制度を利用して、ランチや散策を楽しませて頂いておりました。（ミニバスハイクは平成20年に廃止になりました。）

バスハイクでは、山梨、群馬、埼玉、千葉、神奈川へ、藤、牡丹、つつじ、芝桜、などの花を觀賞したり、川口湖畔の紅葉狩り、長瀬では、川の流れと紅葉を楽しみ、鎌倉のお寺では、静寂な中で、竹林のささやきを聞きながら、お抹茶を頂き、優雅な一時を過ごさせて頂きました。この1年1度の楽しみでした。バスハイクも、今年で終了となり、皆さん大変残念がっております。復活する日の来ることを願っております。岡



向陽祭に参加

十月二十六日の向陽祭に
陶芸とふれあいに参加し、作
品を展示しました。

陶芸は一年間の制作のう
ち、それぞれ自分で気に入っ
たものを出品、また、例年の
ごとく、柏木先生の作品のあ
みだくじもあり、大勢の申し
込みをいただき、有難うござ
いました。

窯も新しくなり、部員一同
はりきっております。

生徒の皆さんの作品は、と
てもユニークで、大人には考
えられない発想に感心致し
ました。



ふれあいはひと月一回の集
まりで制作した、小物の昔懐
かしい作品を展示しました。

「九災がさる」九尾のさる
が、ナンテンの枝に、縁があ
る、災いが去る、とかむかし
から、縁起がよいといわれて
います。

「蓮の花」蓮華は、清らか
な聖性の象徴、「蓮は泥より出
て泥に染まらず。」と中国に成
句があります。

「お手玉」昔から女の子の
おもちゃとされていますが、
老化防止にも一役。「俵型」「四
枚一組」で縫い合わせる。中
身は、昔は数珠玉の実、小豆
をいれました。

「椿」袋物で、昔から琴の爪
を入れるために作られました。
現在は香入れなどに、用いられ
ています。

「六尾のさるのつるし」
無病息災 健康で無事を願って
おります。 小島

ふれあい鎌倉散策

十一月、ふれあいの、昔若か
った8人は、良い天気恵まれ、
区に手配して頂いた車で、昨年
に続いて鎌倉を散策しました。

国宝の大仏や長谷寺を見学、
何十年ぶりという美男の大仏様
に圧倒されました。

紅葉には少し早かったですが
外国の観光客が多く、黄色の法
衣をまとったタイのお坊さんも
おられました。また、小町通り
で買い物を楽しみました。 荻野



最後のバスハイク 鎌倉

俳句 (十二月 他)

助け合い子らの大声師走くる

まさみ

再生の思案巡らす十二月

孝子

数へ日や昼寝決めこむ猫家族

京

師走かな乗り降りぶつかる紙袋

絢子

雑踏の中に身を置く師走かな

こわし

年の暮人を掻き分けスマホ族

朋子

昨今は師も休暇して師走かな

伸

シャッターを閉ざす街並み師走風

俊子

羽子板市の裏手風栖む人の棲む

よしみ

新聞の折り込みチラシ増え師走

喜美

鶴の舞ふ炬燵布団に膝を入れ

尚子

夫婦箸なにげなく買ふ暮の市

京子

霞句会へのお誘い

美しい四季の移ろいを自分に引き寄せて、書き留めて見ませんか
きつと、自分の生きた証になるでしょう。

野末



楽しかった合宿

◆今年の杉並ホワイトベ

アーズは、自然豊かな新潟県南魚沼での2泊3日の夏合宿にいつてきました。

6年生を班長に縦割り

で班を作り、行きはバス、帰りは新幹線と、初の試みでしたが、班単位に、最後まで行動が出来て、新幹線に乗るのが初めての子、電車が大好きな子、楽しい行き帰りでした。

グラウンドを見たとき「すごい」の一言。

世界初のスライディングしても熱くない人工芝！

プロが使うグラウンドで、朝からナイターまで、練習しました。

南魚沼と言えば、コシヒカリ、自家製のお米とお野菜を中心に美味しい食事、ひとまわり大きくなって帰ってきました。

いろいろな皆さんの良い経験が出来て、子供達の生き生きとした顔が忘れられない大興奮の合宿でした。

木原



◆向陽ミラーズでは、毎年2

泊3日で山中湖に合宿に行っています。

山中湖は小学生のサッカー

チームも多く、練習試合の相手探しには、うってつけです。

今年は高学年が普段対戦する事のできない千葉や横浜のチームを相手に対戦試合に挑みました。

広いグラウンドを駆け回り、午前の試合を終えた頃には汗だく。コーチからは、反省点と午後の試合をどう組み立てて行くのか、自分達で考えるように、指示が飛びます。

高学年ともなれば、自分で考え、動くことを求められ、そのような指導の下、子ども達は成長し、上達していきます。

高学年が試合をしている間低学年の子達は、監督が付きつきりで、練習をみてくださいます。

ドリブル、パス、シュート小さな体で皆、一生懸命にボールを追いかけます。

走って走って走りぬいた3日間でした。筋肉痛のために、普通に歩けない子が続出、痛い痛いと言いながら、言葉とは裏腹に全員が笑顔の合宿でした。

山田

◆永福ミニバスは、部員が少ないため、合宿を見送り、朝夕方まで永福小体育館で、強化練習を行いました。

クーラー設備のおかげで、具合が悪くなる部員もなく、コーチは熱心に指導して下さり、親達もサポートして、汗びっしょりで頑張っている子供達に、たまらなくかつこ良く惚れ惚れしてしまいました。

強化練習は時間が長く、子供達は大変ですが、得るものも多いようです。

1年生から6年生まで一緒に練習する中で、高学年が低学年の面倒をみたり、低学年も自ら進んで行動する頼もしい姿が見られました。チームワークも良くなり、部員全体がまとまってきました。これを基に、区大会予選を勝ち抜き優勝を目指して欲しいです。

木村

◆永福クリツパーズは、今年も元気いっぱい山中湖にて7月25日より3日間 夏合宿を行いました。お天気にも恵まれ、たくさん練習して、たくさんご飯を食べて、有意義な合宿となりました。

野球以外で感じたことは、高学年が低学年のお世話をしますが、砂利道を歩く時、手をつないであげたり、荷物を持つてあげたり、低学年の子に気を使っている姿に成長を感じました。

この子には、こんな一面があるのだと、普段の練習ではわからないことでした。きっと、自分たちが先輩にしてもらってきたことを、しっかり受け継いで、それを伝えていたのだでしょう。そして、それは、きっと伝わったことと思います。

合宿は野球の技術向上を目的にしていますが、それ以上に子供達を成長させるものだと思います。

竹内



でんぐりんクラブ

親子で体操をしています。スキンシップをしながら絆を深めて、体力アップをモットーに、リズムダンス、リトミック柔軟体操、マット運動、縄跳び、バラバルーンラグー等 運動をしています。

神経細胞が作られる幼児期に、楽しく体を動かして運動神経の発達を促し、基礎体力を身につけましょう。杉並区子育て応援券が使えます。

詳しくは事務局、又は 090-5513-4872 斎藤まで



平成 27 年度新規テニス会員募集のお知らせ

申し込み方法 メールまたは往復はがきに、第一、第二希望のコース記号（A～K）・

氏名・住所・年齢（学生の場合は4月からの学年）電話番号を記入し、下記
まで申し込む。ただし、入会できるのは一人1コースに限ります。

申し込み先 メール：kscc@ivy.ocn.ne.jp

往復はがき：〒168-0073 杉並区下高井戸3-24-1

向陽スポーツ文化クラブ テニス会員募集係

締め切り 平成 27 年 3 月 1 日（日）正午まで

問い合わせ先 メールまたは Tel 03-3329-3935（日曜日のみ 10:00～16:00）

注：日曜日のコースはご希望のコースに入れない場合があります。ご了承くださいように。
原則中学生以上とさせていただきます。

コース	曜日	時間帯	コースの内容	参加費（年間）
A	火曜	9:30～12:30	中級 コーチ有り	13,000 円 高校生以下 6,500 円
B	火曜	9:30～12:30	初級 コーチ有り	13,000 円 高校生以下 6,500 円
C	木曜	9:00～11:00	中級 コーチ有り	13,000 円 高校生以下 6,500 円
D	木曜	11:00～13:00	初級 コーチ有り	13,000 円 高校生以下 6,500 円
E	火曜	13:00～15:00	一般 コーチ無し	8,000 円 高校生以下 4,000 円
F	日曜	9:45～11:30	初級 コーチ有り	14,000 円 高校生以下 7,000 円
G	日曜	11:30～13:15	中級 コーチ有り	14,000 円 高校生以下 7,000 円
H	日曜	13:15～15:00	一般 コーチ無し	8,000 円 高校生以下 4,000 円
I	日曜	15:00～17:00（冬場は 16:00）	一般 コーチ無し	8,000 円 高校生以下 4,000 円
J	日曜	8:00～9:45	一般 コーチ無し	8,000 円 高校生以下 4,000 円
K	土曜	13:00～16:00(但し 2 面)	一般 コーチ無し	8,000 円 高校生以下 4,000 円

注 上記料金の他に年会費として、大人 1000 円、高校生以下 500 円かかります。

35 回 K S C C 秋季テニス大会結果 平成 26 年 9 月 14 日開催

詳細はホームページを
ご覧下さい。



混合ダブルス

準優勝

河津・河津ペア

優勝

増岡・竹下ペア



女子ダブルス

準優勝

弓削・堀川ペア

優勝

瀬下・榎本ペア



男子ダブルス

準優勝

榎本・瀬下ペア

優勝

大谷・伊藤ペア



35 回秋季テニス大会開催
9 月 14 日に例年通り秋季テニス大会が開催されました。
男子ダブルス 14 組、女子ダブルス 12 組 混合ダブルス 15 組の計 82 名の参加者によって優勝が争われました。今大会は雨天のため一週間延期して開催されました。そのためか、参加人数が例年より 20 名以上減りましたので、全ての試合を 6 ゲーム先取で行いました。大勢の世話人さんのご協力のもと、怪我もなく、無事、時間内に終了しました。
今大会は中学生や高校の参加はありませんでしたが、それでも、他の大会の様に年齢別の大会にして欲しいとの声が今年もありました。去年からの課題ですが、シニアだけで 1 ブロック新設するだけの参加人数が集まるかなど、不透明な部分もあります。後数年すると、もしかしたらシニアが大勢になり、そういう大会も開催できるかもしれません。私個人としては大会に参加できるほど元気なシニアが増えることを期待して、今後もテニス大会が続くことを願っています。

瀧水記

今、やっています

平成 26 年 12 月 15 日現在

種 目	実施日・時間	連 絡 先
K S C C ふれあい	第 3 月曜 12 : 00～15 : 00	岡 3329-4755
万 葉 の 会	第 4 火曜 10 : 00～ 休部中	岡 3329-4755
コーラス・ドレミ	第 2・3 水曜 14 : 00～15 : 40	晴気 3302-3365
パソコン初級 P C サロン	木曜 12 : 30～14 : 30 ・ 14:45～16:45	クラブハウス（日曜のみ） 3329-3935
ビオトープ（山桑の会）	第 2・4 木曜 15 : 00～17 : 00 ,（夏期：第 2 のみ）	竹下 5936-1376
囲碁の会	金曜 13 : 00～17 : 00	竹下 5936-1376
霞句会	第 2 金曜 13 : 00～16 : 30（永福和泉区民センター）	野末 3321-9687
麻 雀	金曜 12 : 30～16 : 30 火曜 1 : 00～17 : 00	依田 5932-3567
サイエンスくらぶ	第 1・3 土曜 10 : 00～12 : 00	高橋 080-3027-1235
陶 芸	土曜 13 : 30～16 : 00（5 回シリーズ）	川池 5930-4675
気功体操、簡化 24 式・48 式太極拳	日曜 10 : 00～12 : 00	野畑 3321-0472
空 手	日曜 10 : 00～12 : 00（高三小体育館）	内山 3329-4932
グランドゴルフ 桜美会・仲良し会	日曜（午前：桜美会・午後：仲良し会）	樽井 5934-7983 杉江 3302-6069
成 人 野 球	日曜 16 : 30～20 : 00	加藤 080-5454-5651
向陽テニス（A～K コース）	日曜 火曜 木曜 土曜（詳しくは HP をご覧ください）	クラブハウス（日曜のみ） 3329-3935
少年サッカー向陽ミラーズ	日曜 午後 土曜 2 回	安藤 3322-9728
3 B 体 操	月曜 10 : 00～12 : 00	板橋 3302-4934
成人バレエ	月曜 13 : 00～15 : 00	クラブハウス（日曜のみ） 3329-3935
卓 球	月曜 16 : 00～18 : 00（永福小学校体育館）	依田 5932-3567
子供バレエ	月曜 15 : 30～18 : 30	竹内 3328-3905
ジャズダンス	火・木曜 10 : 45～12 : 45 木・金曜 18:30～21:00	鹿野 3304-6782
でんぐりんクラブ	火曜 9 : 00～12 : 00	斉藤 090-5513-4872
子供フラダンス	火曜 17 : 30～19 : 00 火曜 4 回	鈴木 6671-4008・090-3506-9462
永福ミニバスケット	火曜 16 : 00～ 土曜 13 : 00～ 日曜 9 : 00～	竹田 5300-8301
背骨コンディショニング	火曜 19 : 00～20 : 30 木曜 15 : 00～16 : 30	晴気 3302-3365
ゴ ル フ	水曜 18 : 00～19 : 00（高井戸ハイランドセンター）	クラブハウス（日曜のみ） 3329-3935
ジュニア ジャズダンス	水 15 : 40～19 : 00 土 14 : 00～20 : 45 月 19 : 00～21:00	川又 080-3453-9724
少年野球 杉並ホワイト・ベアーズ	水曜（午後）土曜・日曜・祝日 8 : 00～	迫田 090-4457-0228
シニアストレッチ	水曜 10 : 00～11 : 00/11 : 15～11:55 土曜 10 : 30～11:30	鹿野 3304-6782
ストレッチとジャズダンス	水曜 18 : 30～21 : 00	鹿野 3304-6782
社交ダンス	木曜 13 : 30～14 : 30)	クラブハウス（日曜のみ） 3329-3935
インディアカ	木曜 18 : 30～21 : 00（向陽中体育館）	クラブハウス（担当/石井） 3329-3935
K S C C 水泳	木曜 9 : 00～11 : 00（高井戸温水プール）	青木 3332-9659 吉川 5970-3628
ストレッチバレエ	金曜 10 : 00～12 : 00	竹内 3328-3905
少年野球 永福クリッパーズ	土曜 8 : 00～12 : 45 日曜・祝日 8 : 00～16 : 30	竹内 3317-8587
バスケット	土曜 18 : 30～21 : 00	クラブハウス（担当石井） 3329-3935
KOYO-U70FC(成人サッカー)	土曜 17 : 00～20 : 00	松永 090-3695-4771
バレエ 初級	土曜 19 : 00～21 : 00	鹿野 3304-6782