

KSCC

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.ksec.jp
TEL. 03-3329-3935

No.112

2020、12、15 発

COVID-19の時代に向けて

私たちはこれまでに無い新時代を過ごしています。

人類史において永く語り継がれる事態であることは間違いありません。

感染症が広がり始めた頃、専門家の方々が「新しい生活様式」という言葉を口にしましたが、私がその意味を本当に理解できたのは、自分の生活が明らかに変化したことを悟り、以前のような全く元どおりの社会になることは無いと実感した数ヶ月後のことでした。

専門家の方々は、3密の回避、マスク、手洗い、うがい、消毒など基本的な対策を明確にし、政府はそれを国民に求めています。

K S C Cとしても専門家の提言と政府・杉並区の指針に従いながら、少しでも生活が豊かになるべく活動を維持していきたいと考えています。

現在は9割程のサークルが活動を再開していますが、いずれにおいても徹底した感染症拡大防止策をお願いいたします。

また、感染が確認された場合は早急にクラブハウスへのご連絡をお願いします。 副会長 斎藤 記

硬式テニス部男子準優勝

向陽中学校男子テニス部です。

11月1日に行われた杉並区中学校新人テニス大会(団体戦)で準優勝することができました。

僕ら2年生7名は週4日校内の整備されたテニスコートで二人のコーチから教わっています。

恵まれた環境で日々練習することができたのが、今回の結果に繋がったと思っています。

日頃の練習は、一年生の時から二年生と一緒にラリーや試合をし、沢山のことを先輩から学びました。

向陽中の団体戦は、2チーム出場することができたので、去年から試合で経験を積み、慣れたことも今回の準優勝に結びついたと思います。これからも部員全員とコミュニケーションをとりながら、個人一人ひとりのレベルが上がるように、協力し合って、練習に励みたいと思います。次の試合では優勝したいです。



評議委員会開催

例年ですと6月に開催している評議委員会ですが今年はコロナウイルスのため開催を躊躇していたため10月16日の開催となりました。

評議員20名、委任状10枚で、事業報告、決算報告、次年度事業計画、次年度予算案、新役員の承認全て特に問題もなく承認されました。

- 令和2年度の役員
- 会長 瀧水 昇二郎
 - 副会長 斎藤 敬
 - 書記 内田 美津子
 - 会計 岡 京子
 - 米沢 久美子

ご報告

- 第46回スキー教室開催中止
- 令和元年度ジュニアジャズダンスなどの発表会中止
- 第11回春季テニス大会中止
- 第2回令和2年度サマーキャンプ開催中止
- 第41秋季テニス大会中止

令和元年度活動報告

日付	実施項目	備考
6月から	公開講座開催中止	
6月2日	第10回 KSCC 春季テニス大会開催	
6月15日	29年度評議委員会開催	26名参加委任状 26
6月15日	第2回消防訓練	24名参加
7月15日	会報110号(8ページ)発行	2,500部発行
7月24日	子供のサマーキャンプ開催	小学生35名参加
9月9日	第40回 KSCC 秋季テニス大会開催	88名参加
11月16日	第3回消防訓練実施	開催中止
12月15日	会報111号(8ページ)発行	2,500部発行
1月18日	Hブロック更新研修会開催	36名参加
3月29日	スキー教室開催(3日間)	開催中止
3月	子供バレエとジュニアジャズダンス発表会	

令和2年年度活動計画

時期	実施予定項目
5月	公開講座開催中止予定
6月	第11回 KSCC 春季テニス大会
6月	令和元年度評議委員会開催
6月	第4回春の消防訓練
7月	会報112号発行 (2,500部印刷予定)
8月	子供のサマーキャンプ開催
9月	第41回 KSCC 秋季テニス大会開催
10月	第5回消防訓練実施
12月	会報113号発行 (2,500部印刷予定)
1月	Hブロック更新研修会開催
3月	子供バレエとジュニアジャズダンス発表会
3月	スキー教室開催

その他理事会 9回開催 130名出席 全サークル活動回数 2,017回 述べ参加人数 46,607人
 会員数 大人 792名 子供 419名 合計 1,211名

向陽スポーツ文化クラブ令和元年度会計決算書

収入総額 ¥10,914,323

支出総額 ¥8,415,797

次年度繰越額 ¥2,498,526

令和2年度会計予算書

収入の部

科目	予算額	決算額	備考
1. 前年度繰越金	3,065,924	3,065,924	
2. 年会費、賛助会費	2,300,000	2,273,000	年会費、賛助会費
3. 参加費	4,500,000	4,499,100	
4. 区運営委託費	420,000	426,000	
5. 学校開放利団協運営費	220,000	230,951	
6. 雑収入	500,000	419,348	
合計	11,005,924	10,914,323	

収入の部

科目	予算額
1. 前年度繰越金	2,498,526
2. 年会費、賛助会費	2,200,000
3. 参加費	3,590,000
4. 区運営委託費	426,000
5. 学校開放利団協運営費	220,000
6. 雑収入	200,000
合計	9,134,526

支出の部

科目	予算額	決算額	備考
1. 活動費	4,000,000	3,594,242	
(1) スポーツ活動費	2,500,000	2,576,242	指導費 テニス大会費
(2) 文化活動費	500,000	160,000	指導費 講演会費
(3) 青少年育成活動費	1,000,000	858,000	合宿助成等
2. 運営費	6,905,924	4,721,555	
(1) 印刷 通信費 光熱費	320,000	365,907	会報2回 申込書など
(2) 備品 消耗品費	500,000	908,714	ウォータークーラー他
(3) 渉外 交通費	30,000	24,832	中学校へのお中元他
(4) 会議費	50,000	166,413	新年研修費、反省会費他
(5) 事務費 諸雑費	2,000,000	1,794,654	人件費他
(6) 修繕費	1,500,000	1,382,588	テニスコート改修工事費他
(7) リース料	0	78,447	コピー機リース料
(8) 予備費	2,505,924	0	
3. 50周年積立金	100,000	100,000	
支出合計	11,005,924	8,415,797	
次年度繰越金		2,498,526	
合計		10,914,323	

科目	予算額
1. 活動費	3,027,500
(1) スポーツ活動費	1,927,500
(2) 文化活動費	200,000
(3) 青少年育成活動費	900,000
2. 運営費	4,170,528
(1) 印刷 通信費 光熱費	350,000
(2) 備品 消耗品費	500,000
(3) 渉外 交通費	30,000
(4) 会議費	170,000
(5) 事務費 諸雑費	1,400,000
(6) 修繕費	1,400,000
(7) リース料	120,528
(8) 予備費	1,736,498
3. 50周年積立金	200,000
合計	9,134,526

自然シリーズ

毒のある木 シキミ(楳、櫛)

植物は、古い時代ほど人々の生活とのかかわりは深く、それは現代人の想像をはるかに超えるものでしょう。例えば、古代の染料の多くは漢方の生薬であり、内服して効果のあるものが、茜(あかね)や紫(むらさき)といった染料として残りました。万葉集では、奈良時代という背景から都市化に伴って増えたハギや、唐からの舶来の珍しい植物(ウメ、タチバナ等)、枕詞(ぬばたま・くれない等)になっていく植物が、詠まれている首数が多いので「人気ランキング」のようにいわれますが、実は約160種という種類の多さこそ、注目されます。それらは身近な日本産の植物であり、万葉植物の大半は薬用・食用・工芸用、習俗など生活の役に立っているからこそ歌に詠まれたのでしょう。

用途としては薬用植物が最も多いのですが、その逆の毒のある木「しきみ(之伎美)」がちょっと面白いので紹介します。楳あるいは櫛と書きます。万葉集では一首のみです。

奥山のしきみが花の名のごとや
しくしく君に恋ひ渡りなむ

(大原 今城 卷二十一四四七六)

「奥山に生えているしきみの花のそのしきみという名のように私はしきりにあなたを恋い慕い続けることでしょうか」という意ですが、そのしきりにという意味の「しくしく」を引き出すために同音の関係から「しきみ」を序詞(じよことば)として用いています。この歌は初冬に詠まれています。この歌は初冬に詠まれています。この歌は初冬に詠まれています。この歌は初冬に詠まれています。

もともと神事に用いられる常緑樹の総称で平安時代以降現在のサカキを指すようになりましたが、サカキが生息しない地方ではヒサカキ、ソゴ、オガタマノキなど様々な常緑樹が櫛として用いられています。シキミは櫛(木へんに佛ほとけ)とも書き、仏専用の樹木になりました。樹皮、葉、こと

に実に痙攣毒アニサチンを含むため、古代から土まんじゅうにした新墓地にオオカミが襲い掛かるのを防ぐよう墓地のまわりシキミの枝を刺したことから、寺や墓地に植えられるようになりしました。果実は8個の袋果が集合してできたもので、中華料理の八角、西洋料理のスターアニスにそっくりですが、猛毒なので注意が必要です。



サカキ(12月)



シキミの花(4月)

向陽みどりのボランテイヤ

今年度は、四月七日に「緊急事態宣言」が発出され全国一斉に公立小中学校が休校となり、休校期間は本来五月六日までの予定でしたが、感染拡大が収束せず五月末日まで延期されました。この間、菜園に関しては、春からの野菜作りもスタートしており、中断するわけにもいかず、また、「ボランテイヤ部」の生徒さんの活動再開時に備えて、我々ボランテイヤが最少人数で菜園の維持管理を行ってきました。

五月二十八日に「緊急事態宣言」が解除され、六月一日から変則的ではありますが向陽中学校も再開されました。「ボランテイヤ部」の活動は、六月十五日に、荒幡先生、生徒さん十名、我々部員が参加して今後の方針などの説明が行われました。

特に、コロナウイルス感染リスク軽減のため、「密」にならないよう参加人数を二組に分ける等の変則的な活動方法をとることにしました。

翌週六月二十三日が今年度最初の活動日となり菜園での野菜の出来具合は、八月初旬まで続いた

梅雨の長雨と日照不足でトマト、キュウリ等定番の野菜の出来は、良くありませんでした。

また、夏から始めた秋野菜の現況は、酷暑と長い秋雨の影響でこれまた、不出来の状態で推移しております。十月二十六日に行った、秋待望のサツマイモ収穫もこのような訳で、残念ながら不作の結果でした。



さて、本年度の学校の「ボランティア部」は、担任の先生の熱心な指導のもと、現二年生を中心とした十五人の生徒さんが、密にならないよう気を付けながら元気に菜園活動を行っております。

の入部者は無く、二年生も来年は最上級生となり、来季の新一年生の入部を期待せざるを得ません。

冬季に向かつて、白菜、キャベツ、大根という定番野菜の出来が最近の好天により挽回できるかどうかという状況です。

一方、我々会員の平均年齢も増しており、この間、代表世話人・副世話人も長期にわたり、その立場についておりますが、世代交代を考えなければいけない時期に来ているとの思いから、新たに野菜づくりの経験者で、生徒さんを指導してみたい方を二名セットで募集しております。

出来れば年内に目途を付けたいと思っております。是非、一度菜園の状況視察にお出かけください。仕事内容をご説明いたします。毎週月曜日の三時から活動しております。

これからも、コロナウイルスの感染に気を付けながら、クラブ員一同、張り切って忙しい年末ですが寒さに負けず突っ走っていきたくと思っております

代表世話人 高橋 叶一

掲示板

向陽スポーツ文化クラブの門をくぐると左側に掲示板があるのをご存じでしょうか？

この掲示板は万葉集に詠まれている植物を広く案内し、写真で紹介することにより万葉集の楽しみを深めていただきたいと思います。



今日までに季節ごとに「春、夏に咲く花」「秋に咲く花」「実る秋」年末から正月にかけて「縁起植物」冬には『万葉植物園に来る鳥たち』等を提示してまいりました。

今後とも内容をより充実させ、わかりやすい提示を心掛けたいと思っております。もう一つの試みとして万葉植物園内から外来植物を排除し、日本在来の野草の植物を進めております。

昔から我々の生活の中にあつたもの、最近近郊ではめっきり少なくなつたありふれた野草のほか絶滅危惧種といわれる植物などもいただいてきて植えています。四季それぞれに懐かしむことが出来ればと思っております。

今ある万葉植物や在来種の野草の管理育成を図り欠落している万葉植物もなるべく補充し掲示板の活用により、皆様にご案内できましよう活動してまいります。

尚、万葉歌碑の作り直しを計画中（2月予定）で歌を手書きで書いてくださるボランティアの方を募集しております。申し込みは事務所へお願いします。

（日曜日に受け付けます）

ヤマグワの会 竹下記

令和3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 2021年2月28日（日）

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：申し込み多数の場合は杉並区在住の方を優先いたしますのでご了承ください。
原則中学生以上とさせていただきます。
なおコロナ感染状況によっては受付時期を延長する場合がありますので、ご了承

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	8000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	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	8000円 高校生以下 4,000円
K	土曜	13:00～15:00	一般 コーチ無し	8,000円 高校生以下 4,000円

永山さんまた優勝

令和2年10月14日(水)15日(木)小金井公園で開催された「シニア健康スポーツフェスティバル TOKYO」のテニス大会に参加しました。この大会は、59才以上を対象に5才毎4つにグループ分けされ(女子は59才以上 64才以上の2グループ)ダブルス戦が行われます。私は過去4回ほど参加しましたが準々決勝が最高であったとは1・2回戦負けでした。

今回は私がテニスを始めた30才頃からずいっとお世話になっている社会人時代の先輩と参加しました。

初戦(2回戦)は6・1で勝利し順調にスタートを切りましたが2日目の3回戦はいきなり2・5と首の皮一枚まで追い込まれました。その時先輩のアドバイスで無駄な力が抜けたのかペアの歯車が噛み合い始め5ゲームを連取し逆転、続く準々決勝は去年のベスト4との対戦、更に準決勝は去年の準優勝チームを破った相手と当たるなど厳しい戦いが続きましたが共に6・2で勝ち抜き決勝戦まで勝ち上がりました。

決勝戦は去年の優勝チームを破った相手「ここまで来たら2位はダメです」などと軽口を叩き自分を落ち着かせてコートへ。

共に1ブレークの2・2になりいよいよこれから勝負という時、相手チームのサーバーがファーストサーブ

を打つと同時に足がツリ突然倒れてしまいました。まさか！でしたが我々には明らかに有利な状況です。でもまだ続きが・・・4・3の時今度は先輩が足をツラせてしまいました。先の読めない消耗戦になり決勝戦とは程遠い内容になってしまいました

が相手を一步でも多く走らせる工夫をし、なんとか6・4で競り勝ち「優勝」という望外の栄誉を手にする事が出来ました。

私は時々この様な他流試合に参加しますが色々なスタイルの方々とのゲームの中で探り合いを楽しむと同時に露になる自分の長所・短所を知りそれを持ち帰り修正することを長くテニスを続けるモチベーションにしています。その場として身近にあるKSCCが何より有難い存在になっています。

最後になりますがHコースの大島さんが85才以上の参加者として表彰されました『目指せ、大島さん!!』です。



写真左永山氏

向陽みどりのボランティア	月曜 5:00～17:00	高橋 090-2314-3538
麻雀	火曜 12:30～16:30 金曜 12:30～16:30	依田 03-5932-3567
コーラスドレミ	第 2,3 水曜 14:00～15:40	晴気 090-7284-2502
パソコン講座	木曜 10:00～16:45	詳細はHP参照
ビオトープ(山桑の会)	第 2,4 木曜 15:00～17:00 第 4 火曜 10:00～12:00	竹下 03-5936-1376
囲碁の会	金曜 13:00～17:00	竹下 03-5936-1376
霞句会	第 2 金曜 13:00～15:30 (永福和泉区民センター)	野末 03-3321-9687
陶芸	土曜 13:30～16:30 (5回シリーズ)	川池 03-5930-4675
サイエンスくらぶ	第 1,3 土曜 10:00～12:00(小学生対象)	saiensukurabu.ksc@ksc.com
向陽テニス(A～K)	日曜、火曜、木曜、土曜、その他祝日開放あり	詳細はHP参照
気功体操・簡化 24 式・48 式太極拳	日曜 10:00～12:00	野畑 03-3321-0472
3B体操	月曜 10:00～12:00	伊藤 03-3321-7301
成人バレエ	月曜 13:00～15:00	中村 090-2215-5209
卓球	月曜 16:00～18:00 (永福小体育館)	依田 03-5932-3567
ジャズダンス	火・木曜 10:45～12:45 木・金曜 18:30～21:00	鹿野 03-3304-6782
背骨コンディショニング	火曜 19:00～20:30 木曜 15:00～16:30	大場 090-3104-0439
ゴルフ	水曜 18:00～19:00 (高井戸ハイランドセンター)	詳細はHP参照
シニアストレッチ	水曜 10:00～11:00/11:15～12:15 土曜 10:30～11:30	鹿野 03-3304-6782
ストレッチとジャズダンス	水曜 18:30～20:30	鹿野 03-3304-6782
KSCC 水泳	木曜 9:00～11:00 (高井戸温水プール)	青木 03332-9659 吉川 5970-3628
社交ダンス	木曜 13:30～14:30	クラブハウス事務局へ
ストレッチバレエ	金曜 10:00～12:00	竹内 03-3328-3905
KOYO-U70FC(成人サッカー)	土曜 17:00～20:00	齋藤 u70fc@saito.me
バスケット	土曜 19:00～21:00	日比 080-1130-6198
子供バレエ	月曜 15:30～18:30	竹内 03-3328-3905
ジュニアジャズダンス(中学生)	月曜 19:00～21:00	田中 03-3302-9996
親子体操(でんぐりん)	火曜 9:30～10:20(2～3歳) 15:00～16:00(3～6歳)	齋藤 090-5513-4872
永福ミニバスケット	火曜 16:00～ 土曜 13:00～ 日曜 9:00～	尾花 090-7012-7089
子供フラダンス	火曜 17:00～18:00 月 2回	小池 090-6502-6608
ジュニアジャズダンス(小学生)	水曜 15:40～17:40 土曜 14:00～17:00	川又 080-3453-9724
バレーボール教室	木曜 19:00～21:00	高橋 080-5382-4345
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	福良 080-5533-2666
ジュニアバレエ・初級バレエ	土曜 12:30～14:00 19:30～21:00	鹿野 03-3304-6782
少年野球杉並ホワイトベアーズ	土曜 9:00～12:00 日曜祝日 9:00～12:00	八ツ代 090-3213-0856 HP 参照
少年サッカー 向陽ミラーズ	土曜午後(月 2回) 日曜午後(毎週)※時間は学年別	太田 080-3421-1863

お問い合わせ:KSCC クラブハウス(杉並区立向陽中学校内) Tel:03-3329-3935(日曜 10時から 16時のみ)
E-mail:ksc@ivy.ocn.ne.jp ホームページ:http://www.ksc.com