



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

2008 No. 89

2008.12.15 発行

皆様お声をお寄せ下さい

KSCC 副会長 野末 絢子

新会長を迎えて、三年目に入りました。この会も、三十余年も過ぎ、様々な課題を一つ一つ解決してゆかねばなりません。

この会は三本の柱から成り立っています。

① 青少年の育成

② 生涯教育

③ 高齢社会を考える

そしてそれぞれのなかに体育活動と文化活動があります。

私は主として生涯教育の中の文化活動の方に携わってきました。平成二十年四月より新しく「伊勢物語」を開講したり「すぐに役立つ文章講座」のお手伝いをしています。

どちらも講師の先生方が素晴らしい好評です。翌年度の企画も考えそれに向かって準備を進めているところです。

当クラブは年度末には講演会や演奏会等を企画・実行し



野末副会長

てきました。皆様の参加がもう少し多いと良いのにもったいないと感じています。これは皆様にお伝えする方法に工夫が足りないのではと反省し、今後改善してゆきたいと思っています。

毎月一回開かれる理事会

(向陽中PTAと各サークルの世話係が出席) はかなり各サークルのお声を汲み上げて有効に機能していると思います。

でもこの会の存続は皆様の意識にかかっています。面白い良い企画や御意見がありましたらなんなりと、お寄せ下さるようお願い申し上げます。

防災訓練に参加

一九九番に因んで11月9日に向陽中や高三小などで防災訓練が行われました。

例年ですとプールの水をポンプで散水したり、チェンソーで木を切ったり、ロープの結び方を習ったりといろいろな訓練が行われていますが、今年はいくく小雨のため訓練が縮小されました。それでも炊き出し訓練や煙体験、テントの設営などの訓練が行われました。



防災訓練の様様

当クラブからはデニス会員の皆様が本部テントの設営に協力してくれました。

高三小での訓練に参加した方もおりました。

毎年行われるこの訓練により多くの方の参加をお願い申し上げます。

町ぐるみ交流会(運動会)の裏方として

下高永福青少年育成委員会が主催する「町ぐるみ運動会」が本年40回目の開催となり、その歴史と、KSCC 成人野球部の関わりを紹介させていただきます。

地域活性化と青少年の健全な育成の一環として始まった運動会で、浜田山、高井戸第三、永福、永福南の小学校区の児童、PTA、向陽中、町会等々の老若男女が一つになつて行われている、区内でも評判の地区のイベントです。成人野球部は、前部長貝塚氏

(故人) が第一回から関与し、現在まで引き継がれています。



町ぐるみ運動会

今では、運営、競技進行の重要な部分と、ライン引き等の会場設営を担っており、町ぐるみ運動会になくてはならない存在となっています。KSCCの会員で、かつ成人野球部のメンバーも毎年早朝からの準備も厭わず、子供たちの楽しそうな顔に喜びを感じています。毎年11月3日に開催されます。KSCCの会員諸氏も是非参加頂き楽しく過ごして欲しいと願っています。

成人野球部 庄野 嘉一記

防災訓練や町ぐるみ運動会など地域との交わりは大切なことと思っております。

今後このような催しに積極的に参加されるよう重ねてお願い申し上げます。

会長 瀧水 昇二郎

向陽「万葉植物園」より

元向陽中学校校長・高橋 光安

はすの葉とさといもの葉

蓮葉（はちすば）はかくこそあるもの

意吉麻呂（おきまろ）が家なるものは

芋（うも）の葉にあらし

巻一六―三八二六 長意吉麻呂（ながのおきまろ）



意吉麻呂はユーモラスな歌がうまかった。或る日役所の上司宅でも訪問したのであらう。上品な奥方の接待を受けて、我が家に帰宅して改めて我が妻を見て上品だった上役の奥方と比較して「蓮の葉の気高さと、里芋の葉の違いがある」と嘆いて詠んだ歌。（枯れてくれば同じだが）

老師（いちし）現代名、ヒガンバナ
路（みち）の辺（べ）の老師の花のいちしろく
人皆知りぬ 我が 恋妻は

巻十一―二四八〇 柿本人麻呂



いちしというのは道端に咲く彼岸花だと言われ「いちしろく」はホワイトではなくて、いちじろくはつきり、と読むべきだという。従って歌意は、この時代の結婚は、はじめは「通い婚」で夜暗くなつて男が女の許に通い、朝も暗い中に帰って世間には内密にしていた。それがどうも「道端に咲いているヒガンバナ」のようにはつきり、くつきりと世間に知られてしまったようだ「困っているのか、誇っているのか」

今年も向陽祭に参加

10月25日例年のように、体育館では中学生の合唱コンクールや吹奏楽部の演奏とともに子供ジャズダンスと子供バレエの子ども達が熱演しました。保護者の方も大勢見に来られていました。



また各教室では体験学習のときの作品や修学旅行の感想文などが展示されていました。当クラブからは一教室のスペースをもらい、高橋先生の



文章講座終了

万葉の歌と植物、手工芸作品そして陶芸サークルの作品は中学の陶芸クラブの生徒さんや柏木先生の作品と一緒に展示しました。恒例の陶芸のあみだくじは大勢の申し込みがあり、楽しい一日でした。

平成20年度の『学校開放公開講座』としての「すぐに役立つ文章講座」が終了しました。9月8日から月2回11月17日まで計6回でした。

応募された方々は、文章を書くことに関心のある方ばかりですから、それぞれ熱心に聴講されました。

安部先生のお話は、判り易く、回数が進むにつれて質問も出始め、第三回には自発的に書いて来て下さった方がありました。その作品に沿っての先生のご指導はまことに的を射ており、やはり書きながら学んで行くのがよいかと思いました。

この会をこのまま終わらせろのは、もったいないという声もありました。何らかの私たちで、また勉強の機会をもちたいと思っています。

またご一緒に勉強してまいりましょう。

参加人数は6回延べ
百二十六名でした。

田中 多津子記

富士山樹海探検



背負子風穴第一内の子供達

今年も富士山青木が原に行きました。しゃがまないと通れないほど狭い入り口を通り風穴を見学、中では懐中電灯を消して真っ暗闇を体験したり、溶岩が流れたあとを観察しました。子供たちは熱心にガイドさんに質問をしていました。サイエンスくらぶの子ども達を中心に18名が参加。

プール開放を開催

例年通り8月13から24日までの12日間実施しました。最近のプール開放は業者に委託しているところが多いなかで向陽は自主開放を行っています。



今年も事故にそなえてAEDの講習を監視員の皆さんが受けました。

高齢化社会を

考える会を終了して

岡 京子

昭和59年4月、高齢化社会を考える会が発足し、高井戸にある浴風会病院で毎週、火、金曜日に食事介助を一人、月一回と無理のない活動が40人程で始まりました。自分の行く末を思うと、自然に優しく接する事が出来、はじめは嫌がり、なかなか口を開けてくれなかった方も何回か行くうちに、自分から口を開けて、一生懸命食べてくれる姿を見ると病院ボランティアをして良かったとつくづく思いました。夏休みに、中学生にボランティアを呼びかけたところ高校生を含め10人が参加してくれました。祖父母と一緒に生活する家庭の少なくなつた今の子供達ですが、優しく話しかけながら、食事の介助をしている様子は、ほほえましくお年寄りも孫に食べさせてもらっているかのように喜ばれ、「明日きてくれる?」「何時来てくれる?」と心待ちされるようで、病院からも、中学生が来てくれる日は明るくなると、好評でした。平成5年院内感染問題で食事の介助はなくなり、カットガーゼたたみビニールたたみに替わり、10人ほどで、毎週

金曜9時30分からの活動となりました。地味な活動ながら、継続している事で、平成7年杉並区社会福祉協議会、平成15年には東京都知事、平成7年と平成17年に浴風会病院、と各方面より、感謝状を頂きました。

手作業が機械でするようになり、病院ボランティアは今年9月で休止となりました。70歳前後だったメンバーも、80歳を過ぎ最高齢の方は、89歳です。「楽しいからくるのよ」といつてくださいました。が、誰かの役に立とうという気持ちで、何時までも若々しく元気の源になっているのでしよう。

25年もの長い間事故もなく、続けられましたのも、協力してくださった皆様のおかげと思っております。心より御礼申し上げます。



手話でうたおう

昔懐かしい歌に手話をつけて楽しんでいきます。「川の流れるように」「故郷」「上を向いて歩こう」などの曲で地域活動にも参加しています。皆様のご参加をお待ちしています。

向陽P Cサロン講座案内

<http://kscc.web.fc2.com/>

P Cサロンホームページ

1月講座 (ブログ 基礎)

日時	1/8 1/15 1/22 1/29 (12:30~14:30)	講師	香川 宮子
内容	ブログは手軽に楽しめる日記形式の Web ページです。ブログの登録&作成、各種設定、写真のアップロード、投稿・コメントの書き方など、基本的使い方を実習します。		

2月講座 (何でも Q&A)

日時	2/5 2/12 2/19 2/26 (12:30~14:30)	講師	貝田・香川・宗像
内容	これまで講座の復習や講座では対応できない個別の質問に何でも対応します。(受講生2名に対し講師1名)		

3月講座 (ブログ 応用)

日時	3/5 3/12 3/19 3/26 (12:30~14:30)	講師	香川 宮子
内容	1月の講座のステップアップ編です。サイドバーに好みのブログパーツを入れたり、テンプレートを交換したり、ブログを楽しむ方法をいろいろ実習します。		



* いずれも受講料は 6,000 円 (計4回 材料費込み) です。

俳句を作りませんか

歳時記を読むことで、四季折々の豊かなところをつくってくれます。毎日の生活の記録にもなります。霞句会は、皆様のお出でをお待ちしております。

当会員の岩本尚子さんが句誌「未来図」の本年度の未来図賞を授与されました。そそり立つ

山といふ字を筆始め

尚子

(第2金曜1時より永福区民センター)

絵手紙を描いてみませんか

「下手がいい」「下手でいい」がモットー。指導の尾見先生のユーモアのある懇切な御指導で、筆の使い方から始まり、墨と顔彩で、身の回りの物、花、果物、野菜など大きく描きます。和やかで賑やか楽しい教室です。是非一度いらしてください。(第4金曜10時)お待ちしております。



尾見先生作品



私たち成人サッカー部は KSCC で唯一の大人がプレイに参加できるサッカー部です。とはいえ名前こそ成人サッカー部ですが、部員の構成の中心となる 20 歳代のみならず、中学生からシニアまで、とても幅広い年齢層が在籍しています。実際親子で参加している部員もいます。ここには、サッカーというスポーツ、ルールの中で年齢を超えて平等にゲームを楽しめる素晴らしい環境があります。 **活動日程は、毎週土曜日の午後 5 時から 8 時までの 3 時間が基本です。活動内容はほとんどがゲーム形式です。**ゲーム相手は大学生のサークルや OB チーム、海外からの留学生チームなど様々に招聘しています。対戦相手のいない日はチームで紅白戦をします。いずれにせよ部員はみんなが平等にゲームに参加し

ています。男女の区別もしていませんし、経験の有無も問いませんので、サッカーを始めてみたいという方、昔はやっていただけ体力がもつかな、と自信が持てない方もまずは試しに一度参加してみたいはいかがですか。一度私たちの輪の中に入ってしまうとサッカー好きの仲間です。また、部内には選抜メンバーで構成されたトップチーム **“向陽 FC”** があります。杉並区リーグで常に好成績の活躍をしていますので、高いレベルに挑戦したい人や、トレーニングを兼ねてもっと技を磨きたい人も大歓迎です。KSCC 成人サッカー部は、コミュニケーションがとても大切なスポーツ、サッカーを通して地域の輪を広げる微力になればと願っています。

成人サッカー部 斉藤 けい

向陽ミラース

場所・永福小学校（雨天は体育館）練習時：下記は冬時間です(10 月～3 月)



小学生の部（年長から 6 年生対象） 毎週日曜 午後 2 時～5 時

月 2 回土曜 午後 2 時～4 時

未就学児の部（年少～年長対象） 月 4 回日曜 午後 1 時～2 時

会費・入会金 2,500 円 月謝 2,000 円

スポーツ保険 500 円

（別途 KSCC 入会費 500 円）

連絡先 5300-5273 奥田まで

**いつでも体験 OK です！
一度一緒にやりましょう**



杉並ホワイトベアーズ

小学生 メンバー募集！！

練習場所・主に向陽中学校、高井戸第三小学校 他

練習日時・水、土、日曜日、祝日【8:00 より練習開始(但し水曜日を除く)】

**丁寧な指導者、楽しい仲間に出会って
あなたもスタートしませんか(^^)**

連絡先 5317-4007(中小路)





合宿のこどもたち
(山中湖にて)

KSCC 水泳教室 募集

水慣れからはじまり、楽しみながら水泳の基礎を身につけます。4 種目の泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、）を指導いたします。皆様も、身体作りと健康のためご参加ください。（体験無料）

場 所： 高井戸温水プール

練習日： 毎木曜日 午前 9 時～11 時

会 費： 受講料 1 回 1,000 円（10 回分前納）

保険料 700 円 KSCC 年会費 1,000 円

入会ご希望の方は、免許証又は健康保険証のコピーをご用意ください。

連絡先： 青木 Tel 3332-9659

吉川 Tel 5970-3628



平日にテニスを楽しみませんか
火曜日の E コースや木曜日の C・D
コースは例年比較的すいています。
四月から東電テニスの A・B コースも向
陽のコートでプレイすることになります。
平日にお時間のあるかたは是非ご参加く
ださい。

種 目	実施日・時間	連 絡 先
手話でうたう会	第 2・4 火曜 13:00～14:30	山本 5930-9696 百瀬 5930-8302
コーラス・ドレミ	第 2・3 水曜 14:30～16:20	晴気 3302-3365
カメラ教室	第 2 土曜日 18:30～20:30	鈴木 3399-3817
霞句会	第 2 金曜 13:00～16:30 (永福区民センター)	野末 3321-9687
手工会	第 2・4 火曜 13:00～15:00	富田 3321-5723
サンエンスクラブ	第 1・3 土曜 10:00～12:00	細谷 3327-6233
押し絵教室	第 1・3 月曜 13:00～16:00	クラブハウス (日曜のみ) 3329-3935
万 葉 の 会	第 1 火曜 13:00～15:00	岡 3329-4755
絵 手 紙	第 4 金曜 10:00～12:00	板橋 3302-4934
伊 勢 物 語	第 1 金曜 13:00～15:00	野末 3321-9687
KSCC ふれあい	第 4 月曜 12:00～15:00	岡 3329-4755
陶 芸	土曜 13:00～15:00 (5 回シリーズ)	柳田 3324-2039
パソコン初級 PC サロン	木曜 10:00～14:30 (2 コースあり)	クラブハウス (日曜のみ) 3329-3935
麻 雀	金曜 13:00～17:00	依田 5932-3567
空 手	日曜 10:00～12:00 (高三小体育館)	屋代 3324-7273
ゴ ル フ	水曜 18:00～19:00	クラブハウス (日曜のみ) 3329-3935
グランドゴルフ 桜美会・すみれ会	日曜 (午前: 桜美会・午後: すみれ会)	樽井 5934-7983 松藤 3323-2874
卓 球	月曜 16:00～18:00 (永福小体育館)	吉田 3323-0856
簡化、48 式太極拳	日曜 10:00～12:00	寺沢 3321-2192 吉永 3328-2874
永福ミニバスケット	火曜 16:00～18:00 土曜日 13:00～17:00	丸山 3306-0258
少年サッカー ミラーズ	日曜 午後 土曜 2 回	奥田 5300-5273
フットサルクラブ	日曜 16:30～21:00	豊田 3323-2627
少年野球 クリッパーズ	土曜・日曜・祝日 8:00～	宮島 3324-1010
少年野球 杉並ホワイト・ベアーズ	水曜・土曜・日曜・祝日 8:00～ (水曜は午後)	中小路 5317-4007
成 人 野 球	日曜 16:30～20:00	田村 3315-9384
K S C C 水泳	毎週 木曜日 9:00～11:00	青木 3332-9695 吉川 5970-3628
向陽テニス (A～J コース)	火・木・日 (詳しくは 6 ページ)	クラブハウス (日曜のみ) 3329-3935
ストレッチとジャズダンス	水曜 19:00～20:30	鹿野 3304-6782
3 B 体 操	月曜 10:00～12:00	板橋 3302-4934
スリーオンスリー バスケット	木曜・土曜 18:30～21:00	クラブハウス (担当石井) 3329-3935
インディアカ	月曜 18:30～21:00 (永福南小体育館)	クラブハウス (担当/石井) 3329-3935
成人サッカー	土曜 17:00～20:00	飯塚 5934-6977
ジュニア ジャズダンス	水曜・土曜 16:20～18:30	高垣 080-3453-9724
子供バレエ	月曜 15:30～18:30	竹内 3328-3905
ストレッチバレエ	金曜 10:00～12:00	竹内 3328-3905
背骨コンディショニング	火曜 19:00～20:30	晴気 3302-3365
シニアストレッチ	水曜 10:30～11:30	鹿野 3304-6782

第29回KSCCテニス大会

2008年9月14日開催

○男子ダブルス

優勝 勝山(J) 大谷(J)
準優勝 瀬下(J) 高木(J)

○女子ダブルス

優勝 瀬下(H) 楨本(H)
準優勝 上垣(H) 富永(H)

○混合ダブルス

優勝 関口(J) 関口(J)
準優勝 伊部(I) 伊部(I)

参加人数 52組 104名

平成21年度テニス会員募集のお知らせ

申し込み方法

往復はがきに、第一、第二希望のコース記号(A~J)・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

〒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21年3月7日(金)

問い合わせ

Tel 03-3329-3935(日曜日のみ 10:00~16:00)

注 21年度よりすべてのコースが向陽中のテニスコートになります。

参加費の他に年会費:大人1,000円 高校生以下500円お払いください。

コース	曜日	時間帯(夏時間)	コースの内容	参加費
A	火曜	9:00~11:00	中級 コーチ有り	12,000円 高校生以下6,000円
B	火曜	11:00~13:00	初級 コーチ有り	12,000円 高校生以下6,000円
C	木曜	9:00~11:00	中級 コーチ有り	12,000円 高校生以下6,000円
D	木曜	11:00~13:00	初級 コーチ有り	12,000円 高校生以下6,000円
E	火曜	13:00~15:00	一般 コーチ無し	7,000円 高校生以下3,500円
F	日曜	9:00~11:00	初級 コーチ有り	13,000円 高校生以下6,500円
G	日曜	11:00~13:00	中級 コーチ有り	13,000円 高校生以下6,500円
H	日曜	13:00~15:00	一般 コーチ無し	7,000円 高校生以下3,500円
I	日曜	15:00~17:00	一般 コーチ無し	7,000円 高校生以下3,500円
J	日曜	7:00~9:00	一般 コーチ無し	7,000円 高校生以下3,500円

月水金コースについて : 申し込み方法については別途世話人よりお知らせします。

活動日時 月曜日、水曜日、金曜日の9時から15時まで 但し授業などで時間の変更があります。

参加資格: 上記のAからJコース(21年度)に所属していること。 参加費(賛助会費)3,000円

第35回スキー教室のお知らせ

開催日: 平成21年3月29日(日)
から3月31日(火)

場 所: 志賀高原横手山スキー場

参加費: 36,000円(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: 日曜日のみ(10時から16時)

Tel 03-3329-3935

2月22日(日) 2時よりクラブハウスにて琵琶についてのお話と演奏会を企画しました。是非ご参加ください。

○ 演奏者 古澤 錦城
○ 演目 錦心流薩摩琵琶&平曲奏者
巖流島(錦心流薩摩琵琶)
那須与一(平曲・原文語り)



びわ演奏会のお知らせ

お知らせ



公開講座のお知らせ

「平家物語」パート1

平成21年6月より

毎月第1金曜日

時間 1時より

牧野玲子先生をお迎え

して開講の予定です。

皆様のご参加をお待ちしています。

テーブル買い替えました

会議用テーブルが重く出し入れが大変なので軽いものにとの要望がありましたので、5キロ軽いテーブルを16脚購入しました。

学校開放スポーツ大会

日時 2月21日11時~17時

場所 上井草スポーツ

センター

当日バレーボール大会と共に金メダリストの白井貴子さんの講演があります。

興味のある方は、是非ご参加ください。

講演時間 11時半~30分です。



