SOHGOH
http://www.sohgoh.info
謹賀新年 1月
そうごう通信
Sohgoh
クラブ情報
1月号
2021年12月21日 Vol.88
発行・編集 相好株式会社 〒510-0835 四日市市大井手1丁目1-21 編集長 大嶽 晃久 E-mail otake@sohgoh.info

2021年はどんな年だったかな？

多くのことに挑戦した一年 こどもたち飛躍の年に

7月 七夕

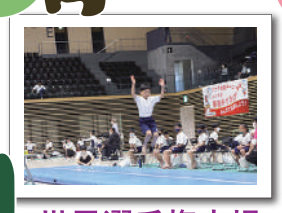
5月 春季丸山杯

3月 春の短期教室

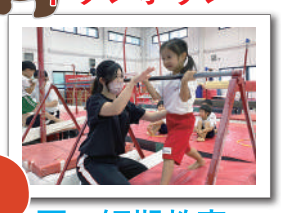
2月 相好カップ

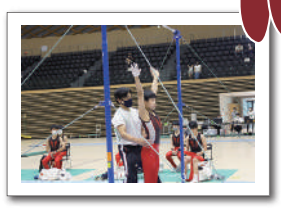
1月 チャレンジトランポリン

11月 世界選手権出場


10月 秋季丸山杯

8月 夏の短期教室





2021年も残りわずかとなりました。今年もこどもたちにとって素晴らしい経験ができた一年だったのではないでしょうか。さて、みなさんは新年の目標は決まりましたか？一年の最後に今年を振り返り、新しい目標を立てることは大切です。自分のなりたい姿や目標を具体的に考え、頭でイメージすることで実現へとつながります。また1月には進級テスト、2月はバッジテストと相好体操クラブのビッグイベント「相好カップ」があるので、今年中に新しい目標を立ててみるのもいいかもしれません。年が明けたら思いもよらない速さで時は過ぎていきます。新年を気持ちよくスタートするためにも一年を振り返り、新たな目標を見つけてみてはいかがでしょうか。（大嶽 晃久）

ついに宙返りをマスター！ ジャンプ～前宙を練習中

下野（しもの） 佑真（ゆうま）くん(7)
トランポリンクラブ

1年生とは思えないほどしっかりものな佑真くん。並外れた身体能力で次々とバッジテストの級をクリアしてくれています。そんな佑真君が一生懸命取り組んできたのがトランポリンでの宙返りです。始めは少し怖がっていましたが、ついに先生の補助が無くてもきれいに立てるようになりました。完成までに何度も何度も失敗し、時には涙を流す姿もありましたが、諦めずにチャレンジしてくれる姿に先生はとても勇気をもらいました。佑真くんのすごいところは、自分の失敗をしっかり分析することができる点です。ただ失敗したで終わらせるのではなく、今のはここが悪かったと自ら反省点を見つけ出せるのです。その姿は、まさに小さなトランポリン選手です。そんな佑真くんの成長を楽しみにしています！

（記事：植田先生）

相好カップ始動

相好カップに向けて、各教室が演技や技の練習に磨きをかけているころだと思います。今年度の会場は昨年に引き続き四日市市総合体育館。全国大会でも使用されており、こどもたちが練習の成果を発表する場としてこれ以上の場所はありません。チャレンジをする際、人には大きなストレスがかかります。1年前から努力して練習してきた子や新しいことに挑戦してみたい子など、皆で相好カップを盛り上げましょう。不安があっても先生たちが一緒になって手助けしてくれるので大丈夫です。自分と一緒に戦ってくれる先生たちと思い切って取り組んでみよう！

（大嶽 晃久）

2021年 最後の進級・バッジテスト 新年度も合格目指して頑張ろう！

11月23日（火）～28日（日）の期間で2021年最後の進級・バッジテストが行われました。今年最後のテストということもあり、こどもたち一人ひとりが気持ちの入った練習を行えていたので、多くの技が合格できていました。今年一年の成果がしっかりと出せていたのではないでしょうか。次回のテストは進級テストが1月、バッジテストは2月に行われます。休講明けには、先生たちと一緒に新たな技の習得に向けて再スタートです。一つでも多くの技ができるように、1月からも練習あるのみですね！

（大嶽 晃久）

☆進級テスト案内☆

1月25日（火）～1月30日（日）

上記の日程で進級テストを予定通り行います。
新年が始まって最初のテストになります。
合格目指して練習に取り組んでいきましょう！

※体操教室のみ

四日市教室 千鶴先生担当
金曜日17時初級コース

△カジキナリくん、タテマツダイチくん、トヨダハルヒトくん、トヨダユキナちゃん（左から）の４人。それぞれが自分の課題と向き合うことができ、友達の成功も一緒に喜びあえる素直なこどもたちです。とっても仲良しで、何事にも前向きに取り組んでくれます。

とっても明るく、元気なこどもたちを紹介します！週１回の体操をとても楽しみにしていて体育館の扉が開いた瞬間ダッシュで入ってきてくれます。自分の課題に一生懸命取り組みながら、順番を待っている時も互いに声をかけあったりとにかく前向きで素直なこどもたちが揃っています。みんなが笑顔で元気に来てくれるので、先生もみんなと会うのがとても楽しみです。そんなこどもたちが一番輝いているのは着地のポーズの瞬間です。技が失敗してしりもちをついたり、転んだりしてもポーズは完璧。技のあとは「シャキン！」とポーズをしてくれます。はじめて出会う難しい技には少し苦戦することもありますが、好奇心旺盛なこどもたちは「自分もできるようになりたい！」と目を輝かせています。これからも先生と一緒に元気いっぱい練習に取り組んでいきましょう！

（記事：千鶴先生）

教えて！〇〇先生！

伊賀教室
初級コース
伊藤 竜一朗（いとうりゅういちろう）くん(11)
伊賀教室
安達 俊亨先生

できてた逆上がりができなくなっちゃった…

安達　怪我をしてもよく頑張って復帰してくれたね。ありがとう。もう腕は痛くないのかな？
竜一朗　うん。もう痛くない。でも、怪我をする前にできていた逆上がりができなくなって…
安達　焦らなくて大丈夫。少しずつ練習して戻していこうね。
竜一朗　できていた時よりも足の振り上げの勢いがない気がするんだけど、どうしたらいい？
安達　振り上げる足も大切だけど、前足でしっかりと踏ん張ることも大事だよ。まずは前足でしっかりと踏ん張ってから、後ろの足を振り上げてみよう。
竜一朗　わかった。後ろの足だけじゃなく、前足の踏ん張りも意識してみる。
安達　トレーニングをすることも効果的だね。腹筋や背筋なら家でもできるから、取り組んでみよう。筋力が戻れば成功に近づくからね。
竜一朗　うん。家でもできる練習頑張って、また逆上がりが成功させられるように頑張る！

鈴鹿教室　幼児コース
中村 一晴（なかむらいっせい）くん(3)

Newふれんず

体操が好きで、3歳になってすぐに入会してくれた一晴くん。色んなものに興味がありお出かけしてしまうこともありますが、物怖じせずどんな技にもチャレンジしてくれています。11月のテストでは、全ての種目でスタンプをゲットすることができました。まだまだ小さい一晴くんですが、とても力が強いので先生は今後の成長がとても楽しみです。これからも先生と楽しく練習していきましょう！

（記事：千穂先生）

1月生まれ 計290人

1月1日は「元旦（NewYer'sDay）」

新年の幕開けの日。年のはじめを祝う国民の祝日。
1948（昭和23）年7月公布・施行の祝日法によって制定された。
「旦」は「日の出・朝」の意味で、「元旦」とは1月1日の朝を指す。

伊藤 蒼央（いとう あお）くん(1)
「先生と元気いっぱい体操しようね！」
by 中原先生

堀口 陽琉（ほりぐち はる）ちゃん(7)
「転回を完璧にする！」

＊＊1日生まれ＊＊

末廣（すえひろ）	大地（だいち）くん	(10)	成田（なりた）	有那（ゆな）ちゃん	(10)
松成（まつなり）	哲義（てつよし）くん	(5)	西山（にしやま）	天馬（てんま）くん	(6)

お誕生日おめでとう！皆の目標が叶いますように……

松阪教室 永吉先生担当
幼児コース　木曜16：00～

△クラタミレイちゃん、アサヌマルアちゃん、アサヌマユアちゃん、タバタリムちゃん、ハツオカゲンタくん、マチダギンジくん（左から）の6人。幼児コースですがしっかり者が多く、毎週永吉先生と元気いっぱい楽しく練習に取り組んでくれています。

この時間のこどもたちはなんと言っても明るく、元気いっぱいパワフルな子が揃っています。授業が始まる前からニコニコと楽しそうな顔を見ると私自身も元気をもらえます。幼児コースとは思えないほどしっかりしていて、「あいさつしたい！」「もう一回やりたい！」など積極的に取り組んでくれています。今は進級テストに向けた練習をしており、鉄棒の逆上がりと跳び箱の開脚跳びに苦戦中です。難しい技に対しても諦めずに挑戦している姿を毎週見ているので、必ずできるようになると信じています。テスト本番はこどもたちと一緒に成功した瞬間を喜びたいと思っています！

（記事：永吉先生）

＊ 1月のよてい ＊　12/27～2/6

月	火	水	木	金	土	日
12/27	28 引き落とし日 選手編入テスト	29	30	31	1/1	2
	年末年始のため休講期間　※体操・トランポリン両方（12/28日～1/2日）					
3	4 通常授業再開日	5 第2回 引き落とし日	6	7	8	9
	三重県強化指定選手沖縄合宿（4日～6日）					
10	11	12	13	14	15 チャレンジ☆トランポリン 届け出締め日	16 体操ドリームチーム四日市 エキシビション
17	18	19	20	21	23	24
24	25 sohgoh通信 2月号発刊	26	27	28 引き落とし日	29	30
	進級テスト（25日～30日）					
31	2/1	2	3	4	5	6

優しくてまじめ みんなのお兄ちゃん

酒徳 大稀（さかとく だいき）くん(9)
初級コース
伊勢教室

大稀くんのグッドポイント

1番に並んでお手本をしてくれる！
苦手な鉄棒を頑張っている！

優しい性格でお兄ちゃん的存在の大稀くん。授業中は1番年上ということもあり、よくお手本として先頭に立って授業の流れを作ってくれています。大稀くんがいつも1番最初に座って、お手本をしてくれるので先生はとても助かっています。本当にありがとう！苦手な鉄棒にも積極的に取り組んでいるので、進級テストではスタンプがもらえるはずです。中級コース進級目指して取り組んでいこう！

（記事：中原先生）