

# 少年女子も2位で本戦出場！

## ブロック大会優勝おめでとう！



☆少年女子も堂々の2位入賞☆

国民スポーツ大会（略：国スポ）は年に一回行われる国内で最も大きなスポーツの祭典です。その出場権を賭けた、東海ブロック大会が岐阜県で開催されました。

三重県は成年男子と少年女子の二チームが国スポへの出場権を獲得しました。成年男子は相好体操クラブに所属する社会人競技部や各教室の現役の先生、そしてOBが集まった「チーム相好」で臨み、三年ぶりとなる東海ブロック優勝を果たしました。少年女子も二位と好成績を収めて、本戦への出場を決めました。

勝負の舞台は滋賀県。三重県代表として、堂々と演技してくれることでしよう。各都道府県の威信をかけた大舞台で、チーム三重が飛躍することを期待しています。

（大嶽晃久）

# 国スポ 成年男子出場決定！ チーム二丸東海ブロック大会優勝

## 暑さに負けない！夏の短期強化練習



7月29日（火）～8月3日（日）の期間で夏休み短期教室が開催されました。今年も例年を超える暑さの中、参加者は真剣な表情で練習に取り組んでおり、実りある強化練習となりました。

夏の間は熱中症が心配されますが、そんな時こそ運動が重要です。身体を動かすことで汗をかきやすい体質になり、体温調節機能が高まり、熱中症の予防につながる暑熱順化を促すことができます。また、運動により自律神経の乱れを整え、夏バテ防止にも効果があります。体調管理をして、猛暑を乗り越えよう！

（大嶽晃久）



いけだ ほのか  
池田 帆花 ちゃん (8)  
初級コース  
伊賀教室

## 側転と逆立ちに成功！ 秘訣は何度も挑戦する諦めない心

小さい頃から体操を始めて、伊賀教室には三年間通ってくれている帆花ちゃん。笑顔で楽しそうに練習に取り組む姿が印象的で、先生はいつも元気をもらっています！

最初は体を動かすことに少し不安もありましたが、コツコツと努力を重ね、今では難しい技にも果敢に挑戦する素敵な頑張り屋さんへと成長してくれました！

諦めずに何度も挑戦するそのひた

（記事・平野先生）

## 今年もやります！ ☆ハロウィンイベント☆



ベストドレッサー賞は誰の手に…

## ☆休講案内☆

10月14日（火）～10月19日（日）

年間カレンダー通り、休講となります。

※トランポリンのみ





津教室 澤本先生担当  
水曜日18時 中級コース

女の子5人で中級に進級したばかりの子もいますが、皆すぐに打ち解けて仲良くなり、いつも笑顔で楽しく授業に参加しています。本当に仲が良く、明るく前向きな雰囲気溢れているところがこの時間の一番の魅力です！授業中は先生のアドバイスにしっかりと

と耳を傾け、次の順番で教わったことを早速試そうとする意欲的な姿勢が毎週見られます。仲の良さから授業中におしゃべりで盛り上がりつつも、まったり、順番決めで遠慮し合っているかな前にも出られなかったりするものもあると思いますが、声を掛けるとすぐに切り替え

これから先生と一緒に、笑顔で楽しく練習していきます！  
(記事：澤本先生)



△きみちゃん まこちゃん こころちゃん ひなちゃん まじゅちゃん(左から)の5名。友達の成功と一緒に喜んだりすることができる、とても明るい雰囲気に溢れた仲の良い子たちです。



教えて！  
〇〇先生！

トランポリンクラブ  
せきね まお  
関根 万桜ちゃん(6)

トランポリンクラブ  
奥津 充子先生

もっともっと  
上手になりたい！！



奥津 万桜ちゃん、どんなことが気になる？

万桜 どれからしようかな！

奥津 それは、お腹が落ちて向きの変わる技はどうやって上手にできる？

奥津 それは、ターンテーブルのこただね！

万桜 それだと上手にできる？

奥津 そうだね。ターンテーブルで失敗すると、その後の技で絶対転んじゃうんだよね。

奥津 そうしたら、まずは慌てないことがコツかな！

万桜 慌てないこと？

奥津 そう。慌てて技を繋げようとすると失敗しやすいよ。まずは、お腹が落ちて向きの変わる技、それができてから、姿勢を作っていくと上手にできるよ！

万桜 やってみたいです！

奥津 それと、ジャンプはどうやって高くできますか？

奥津 先生がおススメするのは背伸びするみたいに腕を大きく回すこと！ぜひ次からやってみてね！

鈴鹿教室 初級コース

やまざと はの  
山里 映乃 ちゃん(10)



いつも元気に挨拶してくれる映乃ちゃん、お友達の体操を見て「自分もやってみよう！」と思い、教室に通ってくれるようになりまし。

映乃ちゃんはマットがとても得意です。始めは少し恐怖心もありましたが、今では熱心に私のアドバイスを聞きながら練習してくれています。

これから鈴鹿教室の先生や友達と一緒に、好奇心の赴くままに楽しく練習して「できたよ！」の声をたくさん聞かせてね！  
(記事：日高先生)

9月生まれ  
計298人

HAPPY BIRTHDAY

##21日生まれ##

9月21日は「国際平和デー、世界の停戦と非暴力の日」。

コスタリカの発案により1981年の国連総会によって制定。当初は国連総会の通常会期の開催日である9月第3火曜日だったが、2002年からは9月21日に固定された。

この日は「世界の停戦と非暴力の日」として実施され、この日一日は敵対行為を停止するよう全ての国、全ての人々に呼び掛けている。

はしづめ 橋爪 陽輝くん(12)

たけ 館 承太郎くん(9)

まつした 松本 純也くん(6)

なみむら 中村 知紗ちゃん(6)

うめだ 梅田 世莉絆ちゃん(7)

いしすえ 石末 莉子ちゃん(8)

しみず 清水 聡太くん(7)

くさの 草野 宮佳ちゃん(10)

いちかわ 市川 心結ちゃん(5)

お誕生日おめでとう！  
目標達成に向けて先生たちと練習しようね！  
今年一年幸せでありますように...

伊勢教室 風佳先生担当  
初級コース 水曜15:00~



初級コースに上がったばかりの子から、進級目前の子までレベルも年齢も幅広いこの時間で、いつも「あれやりたい！」「これやりたい！」と声が上がるため、皆の意欲をとっても感じられます。

また、高学年の子達は「ちゃんと座るよ！」など、低学年の子達に声を掛けてまとめてくれます。皆その呼びかけにこたえてくれるため、先生たちはとても授業がやりやすいです！

練習中は先生

達の話も素直に聞いてくれるため、飲み込みが早く色々な技ができました。

これからも明るく楽しく元気に上手になるぞー！  
(記事：風佳先生)

\* 9月のよてい \* 9/1~10/12

月	火	水	木	金	土	日
9/1	2	3	4	5 第2回引き落とし日	6 全日本少年少女空手道選手権大会	7
8	9	10	11	12 西日本少年少女空手道選手権大会	13 国民体育大会(12日~15日)	14 届け出締め日
15 丸山杯秋季大会	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29 引き落とし日	30 sohaoh 通信10月号発行	10/1	2	3	4	5
6 第2回引き落とし日	7	8	9	10	11	12

ムードメーカーで最年長のさくらん



陽向くんのポイント

苦手なことも前向きに取り組んでくれる

火曜日と木曜日の週二回、弟の遙くと一緒に頑張っている陽向くん。

この時間では最年長なこともあり、授業中は明るい雰囲気です。皆を引っ張ってくれる存在です。

そんな陽向くんは、中級コースへ進級することが目標。苦手な柔軟も一生懸命頑張っています。

普段から先生の話をよく聞いて練習してくれているため、このまま一緒に目標達成まで頑張っていきたいです！  
(記事：子術業先生)