

新年度スタート！

新しい年度がスタートしました。本年度も、可能な範囲で、「多種目」「多世代」「多志向」のクラブ運営ができるよう、教室運営を中心に取り組んでいきたいと思ひます。どうぞよろしくお願いしします。

チア・リーディング教室体験募集

チア・リーディング教室では、年長から小学校4年生までの子どもたちで、体験を希望するみなさまを受け付けています。

体験の日は、裏面のチア・リーディングが実施日です。時間帯は17:00～17:50です。みなさまの体験をお待ちしています。

中学生期のスポーツ外傷・障害について

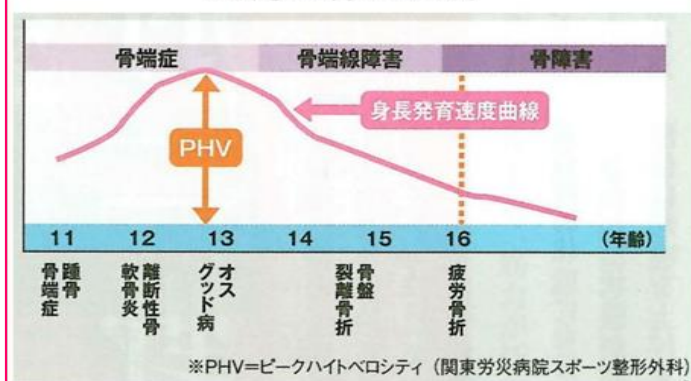
右の表をご覧ください。中学生の時期は、特に骨の成長期にあたり、この時期の過度の練習はスポーツ外傷・障害を引き起こす要因となります。日本スポーツ振興センターの統計によると、全国はもとより長崎県において、中学校2年生の負傷・疾病件数が一番多くなっています。この時期の外傷や障害は、その後の選手としての活躍をあきらめることにもつながります。このことから、中学校段階においては、運動部活動以外のスポーツ活動の時間も含めて週当たり16時間未満の活動時間が望ましいと考えられています。（長崎県運動部活動ガイドライン参照）

「総合型地域スポーツクラブ」とは（スポーツ庁より）

総合型地域スポーツクラブは、人々が、身近な地域でスポーツに親しむことのできる新しいタイプのスポーツクラブで、子供から高齢者まで（多世代）、様々なスポーツを愛好する人々が（多種目）、初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる（多志向）、という特徴を持ち、地域住民により自主的・主体的に運営されるスポーツクラブです。

我が国における総合型地域スポーツクラブは、平成7年度から育成が開始され、平成29年7月には、創設準備中を含め3,580クラブが育成され、それぞれの地域において、スポーツの振興やスポーツを通じた地域づくりなどに向けた多様な活動を展開し、地域スポーツの担い手としての役割や地域コミュニティの核としての役割を果たしています。

発育曲線と疾病



教室募集状況 (5月時点)

募集中：親子卓球／サッカー／フィットネス教室／親子テニス
募集停止：親子バドミントン／チア・リーディング

特定非営利活動法人総合型SC長与スポーツクラブ

長与小学校体育館内 HPアドレス <http://www.nagayosc.sakura.ne.jp/NSC>
TEL/FAX 095-865-9511 メールアドレス nsc@jewel.ocn.ne.jp

事務所開設時間

月・水・金
14:30～16:30

フェアプレイで日本を元気に

あくしゅ あいさつ ありがとうをしよう！
(日本体育協会 フェアプレイキャンペーン より)

