

お知らせページ♪

限定発売決定!

スポネット2011オリジナルタオル 1枚¥1,600-! (スタッフ会員¥1,400)

スポネットはオリジナルグッズの販売を企画しており、今年試作品を製作いたしました。今回そのオリジナルタオルを400枚(2種類各200枚)限定販売!早い者勝ちです!販売は、毎年恒例の「新春ボウリング大会」会場で開始します。お見逃しなく!※残部は以降事務所にて販売いたします。なお販売価格にはスポネットの活動資金が含まれます。ご理解の程宜しくお願ひ致します。

会場変更

今まで金曜日に行っていました「ラララ♪ラケットテニス」が、曜日・会場を変更いたしました。お間違えのないようご注意ください!

ラララ♪ラケットテニス 活動情報

日 時: 每月第1,2,4,5水曜日
19時~21時

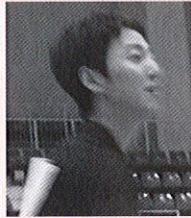
場 所: 弘前市立東小学校体育館

参加費: 1人100円※

※今年度いっぱいは宣伝期間のため。
また、3月までは非会員の参加も可能。
(その際の参加費は1人200円)

同封の「グッズ制作に関するアンケート」にご協力をお願いします。ご協力いただいた方には、
もれなく…!(アンケートをご覧ください☆)

●石岡 聖逸 いしおか せいいつ



思い起こせばスポネットには設立以前から携わり、早6年となりました。これまで初期のキッズスポーツひろばや、バドミントンスマイル、親子レクなどを担当してきましたが、若者の多いスポネットの中では、ついに完全におやじの領域に入ってしましました(汗)。ただ気持ちだけは、まだまだ若者達には負けられんと年甲斐も無く強がっていますので、これからもセーフ、こじこじ、一戸、葵世代をよろしくお願ひいたします♪

スタッフ会員紹介 part 15



●目澤 紅智実 めざわ くるみ

こんにちは!キッズスポーツひろばwithのスタッフのくるみです☆いつもキッズたちのパワーに圧倒され、元気をもらっています!…と言いたいところですが、毎回疲れ果ててます(^^;)笑まだまだキッズたちは負けないように頑張ります♪よろしくお願ひします(^^)

次号の予告

はちみつれもん LEVEL19
発行予定日: 3月9日
一言: 年度末の連絡が沢山のります♪

編集後記。

文章をお寄せいただいた各部門のスタッフ会員さんと zwar ありがとうございます。なんとか形になりましたよー!かわりに年賀状作りが全く進んでいません…。この号が届くころはみなさんはもう届いた年賀状を楽しんでいる頃ですね☆年賀状とともににはちみつれもんも楽しんでいただけていますと嬉しいです。みなさんにとって2011年が素晴らしい年になりますよう願いを込めて…!(スタッフ会員蘭子)

発行元

総合型地域スポーツクラブ
NPO法人 スポネット弘前 広報委員会
〒036-8182 弘前市土手町178-5 スポネット弘前事務所
TEL: 0172-32-6523 FAX: 0172-88-6239

NEXT スポネット!

次号はちみつれもんを発行するまでのスポネットのスケジュールです!
(変更になることがあります。詳細に関しては、メール配信や広告でご確認下さい。)

- 1/4(火)
事務局仕事始め
- 1/5(水)
ダンヨガ活動開始
ラケテニ活動開始
- 1/6(木)
アンチ活動開始
ヨガ教室活動開始
- 1/7(金)
チビバス活動開始
- 1/8(土)
キッズ活動開始
- 1/9(日)
フットサル活動開始
バドスマ活動開始
- 1/10(月)
ダムバス活動開始
スポチャン活動開始
- 1/12(水)
アスリート活動開始
- 1/15(土)
みんバレ活動開始
- 1/19(水)
スポネットの日
- 1/22(土)
新春ボウリング大会
&新年会
- 1/23(日)
常盤の里スポーツクラブ
交流バレーボール大会
- 2/16(水)
スポネットの日
- 3/9(水)
はちみつれもん発行
- 3/16(水)
スポネットの日

謹賀御挨拶
号

はちみつれもん

2011年 1月 1日 発行

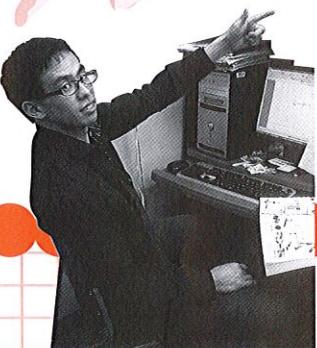
2011年の幕開けです。スポネットから謹んで新年のご挨拶を申し上げます!

明けまして
おめでとうございます!

2011年 1月

各サークル活動開始日カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1 おやすみ
2 おやすみ	3 おやすみ	4	5 ダンヨガ ラケテニ START	6 アンチ ヨガ教室 START	7 チビバス START	8 キッズ START
9 フットサル バドスマ START	10 スポチャン ダムバス START	11	12 アスリート START	13	14	15 みんバレ START
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29



クラブマネジャーご挨拶

新年あけましておめでとうございます。
私がクラブマネジャーになり、早1年。みなさまには、ご迷惑をおかけした部分もあったと思います。

今年も精進し、精一杯頑張りますので、どうぞよろしくお願ひいたします。
さて、今年2011年、みなさまはどんな年にしたいですか?

すでに決まっている人も、まだ決まっていない人もスポネットを通して、何か目標を立ててみてはいかがでしょうか?

ケガも病気もなく、心も満たされ、健やかに楽しく毎日を過ごす。「健康」は人生の大きなテーマではないでしょうか。

スポネット弘前もおかげさまで会員500人を超えてます。普段の部門の活動で身体を動かし、楽しむほか、「ヒト」との交流で生まれるものもありますよねえ。

学校や職場とは違うコミュニケーションの場、スポネット弘前が、みなさまにとっての安らぎの場「オアシス」となるよう、今年もみなさまからのアドバイスをちょうだいし、会員みんなでつくり、支え、楽しむ、総合型地域スポーツクラブ「スポネット弘前」を目指していきます。

クラブマネジャー 近藤 裕紀

TOPICS ラインナップ

トップニュース
活動開始! & ごあいさつ

表紙

総まとめレポート
各部門スタッフ会員

2010年振り返り

P 2, 3

(「突撃!隣の部門さん!」はお休みします)
お知らせページ
オリジナルグッズのお知らせ 他

P 4



2010年をふいかえって…

2010年はみなさんにとって どんな年でしたか？

スボネットは活動を通してみんなの生活に笑顔を増やすお手伝いができたでしょうか…。そこで今回は、スボネットの2010年の活動を各部門のスタッフ会員のみなさんにふりかえって思いを語ってもらいました！

個人参加型エンジョイフィットサル



2010年も熱く激しく烈しく劇しい活動が出来ました。みんなスキルアップしてるし、ファンタジーなプレーも増え、なにより活動後のスマイル、心の豊かさがハンパないです。ニューフェイスが来てもステキな歓迎していたなあ。来年も湯上がりタマゴ肌を目指します。（スタッフ会員亮）

バドミントン“Smile”



去年のバドスマは新規参加者がたくさん加わり、今までよりもさらにわきあいあいと毎週楽しく活動をしてきました！新規会員が加わる事によっていい刺激になり、バドスマメンバーのレベルの向上につながっていたり、バドスマがよりファミリーに近づいていると思います。今年はバドスマ＝ファミリーを定着させ、さらに本物のファミリーに近づけるよう努力して行きたいと思います！！（スタッフ会員けんいち）

スポーツチャンバラ教室



あけましておめでとうございます。スポチャンの昨年1年を振り返ってみると子ども達の成長を大きく感じた1年でした。技術的な面はもちろん精神的な成長も見られ日頃の対人の練習試合ではとても良い剣が多くなるようになりました。子ども達の成長はとても嬉しく時にはその成長に驚きを感じることもあります。今年も奈良岡先生を中心にスタッフ一同がんばりますのでよろしくお願いします。（スタッフ会員ゆーいち）

特定非営利活動戦隊!!

スボレンジャー



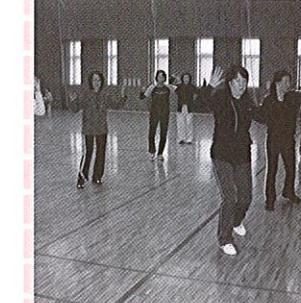
（ともに弘前を元気にしようぞ！
スボレンジャーたかみくん
スボレンジャーたかみくん
夢の共演！）

ダレダレ！バスケットボール

昨年1年バスケ部門を担当して感じた事は、スポーツを通してここまで他人との繋がりが持てるのかあという事です。これは他の部門でも言える事だと思いますが、私はバスケ部門を通してこの事を1番感じています。私はバスケ初心者でレベルも他の方々と比べればとても低いです。ですが、バスケ部門のスタッフ・サークル会員の方は、そんな私でも温かく迎えて下さりました。そして、その方々を通して色々な方と交流する事が出来ました。ですので、今年は私が新しく入ってきた方々と交流していきたいと思います。

（スタッフ会員たいいち）

気軽にダンス＆ヨガ



気軽にダンス＆ヨガの2010年、笑いの絶えないクラスで楽しい1年でした。

目標としているイベントでの演技発表も3回出演することができ最後は皆がドレス姿でダンスを披露した貴重な思い出でした。（スタッフ会員大湯）

ランニングクラブ

ランニングクラブは設立3年目となり、練習日を毎週水曜日の夜に固定し、月1回ロード練習を実施するなど、活動内容を充実、レベルアップしました。最終的な目標をアップルマラソンとして、市民マラソン大会へもたくさん参加することができました。アップルマラソンでは、練習の成果を発揮して、それそれが目標をクリアしました。来年度も生活の一部にマラソンを位置づけて、心身の健康づくりを進めます。来年度は自転車、トライアスロン、登山などさらに活動のバリエーションが広がりそうです。（スタッフ会員佐藤）

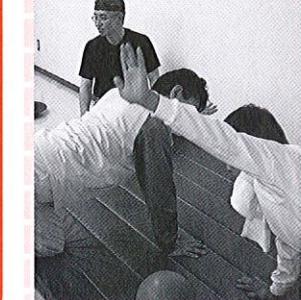
ウルトラ★キッズアスリート



昨年は、子供達の動きが前よりも良くなっていました。なので、練習内容も質の高いメニューをおこなうことが出来ました。また、子供達同士が前よりも仲良くなったよう

にも感じます。スタッフも一人加わったので、今年はもっと気を引き締め、メニューも色々と工夫し、これからもみんなと一緒に、楽しく元気に練習していきたいです。今年もヨロシクね♪（スタッフ会員めいこ）

アンチエイジング教室



2010年は酷暑、アンチエイジングには劣悪な環境でしたが永井隊長を中心とアクティブ活動しました！

新規参加者も5名あり、年間を通じて85%の参加率も素晴らしい！

皆さんひとつ歳を重ねましたが、体力年齢のアップはまだ続く…（スタッフ会員奈良岡）

ゆったり～ヨガ教室



4月の芽吹きとともに、大成小学校の多目的ルームへ、会員の方々の暖かい助言・励まして何とか昨年が終わりました。

同じ事を繰り返し行つてきましたが、柔らかくなってる！動きがスムーズと感じられるようになっていたら、嬉しいです。全員でバッチリ決めたい、あれとアレ？今まで通り3月までよろしくお願ひします。

（スタッフ会員小山内）

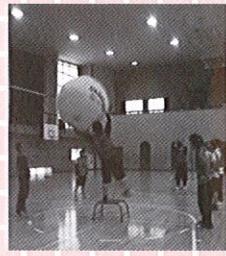
事務局



昨年はスボネット弘前の在り方が大きな課題となつた中、皆様一年間お疲れ様でした！各会員・各部門との交流はちゃんと出来た？委員会活動は生かされた？いろんな意味で、やり残した事を実現できるように、今年も

事務局へのご意見お待ちしています。（スタッフ会員奥村）

スタッフ会



みなさんこんにちは、スタッフ会代表の三上です。初めてスタッフ会の代表になって早一年になりました。去年のスタッフ会はスタッフが中心となり運営してきましたが、花見、運動会など計画した行事は、各部門のスタッフの皆さんのが協力があり無事に成功させることができました。新年会も計画しているので、ぜひ参加してくださいね！！では、新年もスタッフ会をよろしくお願いします。（スタッフ会員明王）

4コマ!!

三人寄れば文殊の知恵。
一人寄れば萬寿のお酒！

ひとりで作業していると…←



チビッコバスケットボール教室

去年は新たに木曜夕方コース、土曜コースも増え、新しい仲間がたくさんできて、とても楽しい1年でした。コーチたちは、日々みんなの成長する姿をみることができてとてもうれしかったです。その一方で、これからもみんなに楽しいバスケを伝えれるようにスキルの向上に励んでいきたいと思います。

保護者の皆さんには、いつも送り迎えや、寒い中でも子どもたちの練習をずっと見守っていただきたり、また、いろいろな面で活動のサポートをしていただき、感謝の気持ちでいっぱいです。

今年も元気に楽しく活動していきたいと思いますので、よろしくお願いします。（スタッフ会員葵）

キッズスポーツひろばwith



キッズスポーツひろばwithでは、3月にキッズ6年生の中学校への進学を祝った後は、低学年のキッズがいっぱい遊びに来てくれてがらっと雰囲気が変わりました！（もちろん全学年・中学生もいますよ♪）元気いっぱいなキッズとバスケ・バレー・タッチラグビー・サッカーを中心としたスポーツ、お花見・キャンプ・登山・クリスマスなど季節に合わせたあそびがたくさんできて、楽しかった2010年でした☆今年もいっぱいあそぼうね♪（スタッフ会員紅瑠実）



みんなのバレーボール

昨年のみんバレは水曜日の活動がなくなったり、スタッフ不足になつたり継続が危ぶまれたことがありました、「楽しくバレーしたい！」という思いは変わらず、どうにか落ち着いて土曜日の活動を続けています。ゲームに人数が足りない日はおとなりで活動しているガチンコバスケットボールから助っ人が来てくれて、盛り上げてくれています。

土曜日以外にもナイターバレーにも参戦したり、それぞれのレベルで楽しむことができています。継続して来てくれている方へ本当に感謝です。1月は恒例の「常盤の里スポーツクラブ」さんとの交流バレー大会があるので、他部門の方とも一緒にバレーできることを楽しみにしています！（スタッフ会員蘭子）



たくさんいるってうれしいな！

2011年スタッフ会員倍増祈願。