

さまざまな経験を胸に「軽井沢スケートクラブ」3年目の活動がスタート!

2016年春から活動を開始した「軽井沢スケートクラブ」。世界に羽ばたく選手を育てるための一歩として、昨シーズンは平昌五輪スピードスケートの現地観戦、全国大会やクラブ対抗競技会の出場を計画し、実行してきました。

まず、今年1月に茅野市で行われた「第25回クラブ対抗スケート競技会」では、男子が悲願の総合優勝、女子が総合5位と全員一丸となって結果を残すことができ、個人競技とはいえ、チームのまとまりや一体感を感じることができました。

また2月には平昌五輪の観戦に行き、小平奈緒選手が500mにおいて五輪新で金メダルを獲得した歴史的瞬間を目の当たりにすることができました。世界の大舞台の空気に触れ、大いに刺激を受けたようで、「もっと練習を頑張りたい」「オリンピックに出たい」と興奮しながら話していました。

同じく2月に札幌市で行われた、小学生の全国大会にあたる「第4



回全日本ノービススピードスケート競技会」では、軽井沢東部小学校6年の古屋野利軌くん、同5年の小玉隼人くん、東御市滋野小学校5年の高藤健吾くんの3名が出場し、古屋野くんが小学生6年男子500mで準優勝、1000mで4位に入賞しました。

3年目となる今年度は17名で活動スタートです。メンバーも増え、月・木・土曜の週3回、各2時間、徹底的に体を鍛えることを目標にオフシーズンの陸トレを行っています。ジュニアの時期にスケートクラブで経験できるたくさんの貴重な体験を、今後の人生に生かしてほしいと思います。

スケートクラブの今後の予定

- 5月 登山
- 6月 マラソン大会
水中運動
- 7月 夏合宿
- 8月 海でトレーニング
- 9月 軽井沢町強歩大会出場
- 10月 エムウェーブ練習



活動9年目に入りました 「軽井沢Forest Ranger Dog」

野生動物との共生を目指して愛犬と飼い主で活動している「軽井沢フォレストレンジャー」も今年9年目となりました。発当初から参加する隊員犬はシニアの域に入ってきましたが、毎月1回、定例の啓発ウォーキングに参加して元気に活動しています。今後もゲストウォーカーを受け入れ、臭気訓練などを楽しみながら町内各所でウォーキングをしていきます。愛犬と一緒にもっとアクティブライフを送りたいと思っている方は、ぜひご参加ください。



お問い合わせ: info@karuizawaclub.ne.jp
TEL0267-46-8960(担当:西山)

ジュニアスポーツ教室の生徒を対象に 「海ツアー(仮称)」を実地します

当クラブの子ども向け運動教室に通う生徒を対象に1泊2日の海ツアーを行うことになりました。行き先は新潟県です。海で泳いだり、海岸で遊んだり、さまざまな体験をしつつ、ふだん面識のない子同士コミュニケーションをとったり、集団行動の大切さを学んでもらいたいと考えています。各教室の先生たちと一緒に電車に乗って旅行気分を味わいながら、長野県にはない海を思いきり満喫し、みんなで夏の思い出をつくりましょう!申込詳細は、各教室にて案内します。

対象: 当クラブの教室に通う
小学1年生~中学生
期日: 7月30日(月)~31日(火)の1泊2日
場所: 新潟県
(詳細は参加者に案内します)
お問い合わせ: TEL0267-48-0077
(軽井沢風越公園総合体育館・小林)



※写真はイメージです

いつもありがとうございます。SC軽井沢クラブの事業に協賛いただいている皆さま(敬称略・順不同)

(有)あき酒店 (株)インテック (株)永建 SO軽井沢プログラム 追分おうちや (有)クリーンライフ (株)シンピ堂医薬 (株)タツノ 鹿島軽井沢リゾート(株) 軽井沢タリアセン 長岡鉄工(株) (有)軽井沢デリカテッセン たてしなッブル ムーゼの森 セコムジャスティック上信越(株) (株)軽井沢IT経営センター (有)806カレイザワ 千曲電業(株) (株)FiNC クレイボルド(株) (株)モトヨシ (株)松井 宮原酸素(株) オキザリス おぎはら整骨院 (有)井出工業 (有)アーデン軽井沢 (株)タカサワマテリアル 大東建託(株) (株)松屋 シチズン時計(株) シチズンファインデバイス(株) シチズンマシナリー(株) シチズン時計マニファクチャリング(株) 山口紙業(株) (株)emda GAVIC (株)佐藤肉店 離山房 弥栄 巴工業(株) 熊野皇大神社 (株)井上 清水商店 (株)真和ビジネスコンサルティング 西軽サク泉興業 (株)ヤオク ヨネックス(株) サブティアー(株) (同)ゼロサービス (有)大坂屋家具店 (有)ルーツ (株)丸山工務店 軽井沢ガス(株) (有)萬屋 (医)恵仁会 (株)アイエンター 榎原建設(株) Breath HAIR&RELAX エステー(株) (株)ブラレイズ アイススタッフ 梶井当 ロックワール工業会 軽井沢アルワリー(株) (株)クラブ 八海醸造(株) タウナー不動産 (株)ホスピタリティオペレーションズ 大建ビルテクノ(株) HRソリューションズ(株) もとき薬局 草軽交通(株) BLUE HORNETS aim HAIR ネコノヒタ事ム所 ビースフルピクチャーズ 第一交通(株) 田中左官店 いわむらだ鍼灸整骨院 (有)伊藤木材 (有)オフィス・ダブル・オー Seven Rich法律事務所 MedVenture Partners (株)



いつもより少し遅れて、クラブニュース春号をお届けします。4月、当クラブでは2名の新しい職員を迎えて新年度をスタートしました。クラブミッションである「軽井沢に集う全ての人々に健康で明るく楽しいスポーツライフを実現させる」べく、全員で気持ちを新たに取組んでまいります。

発行: 2018年5月25日
編集: NPO法人スポーツコミュニティ軽井沢クラブ
軽井沢町長倉332-4 TEL 0267-46-8960 (平日9:00~18:00土・日・祝除く)
MAIL) info@karuizawaclub.ne.jp WEB) http://karuizawaclub.ne.jp



スポーツコミュニティ軽井沢クラブニュース

SC Karuizawa Club News

vol.32

カーリング男子日本代表 平昌五輪8位入賞 応援ありがとうございました!

2月9日から25日まで韓国で開催された「第23回オリンピック冬季競技大会」。女子日本代表の銅メダル獲得もあり、カーリング競技を多くの方に知っていただく絶好の機会にもなりました。

男子日本代表として初出場を果たしたSC軽井沢クラブは、予選4勝5



敗、8位入賞となりました。メダルには手が届きませんでしたでしたが、強豪ノルウェーや金メダルを獲得したアメリカに対して貴重な勝ち星をあげるなど、今後につながる日本のカーリングを世界に発信することができました。

大会前からカーリングサポーターズクラブNAGANO2018を中心に、地元軽井沢をはじめとする多くの皆さんからあたたかい応援をいただきました。また、大会中にチームや男子カーリングのことを知り、さらに支援の輪が大きく広がりました。チーム、関係者一同、心より御礼申し上げます。

チームは5月18日から20日まで北見市で行われた「パシフィックアジアカーリング選手権大会2018年日本代表決定戦」に出場。勝利し、LS北見とともに再び日本代表となりました。パシフィックアジア選手権大会は今年11月に開催予定です。

軽井沢から全力応援! パブリックビューイング

大会期間中、軽井沢町主催で軽井沢アイスパーク2Fふれあいホールで7試合のパブリックビューイングを開催していただきました。町内外から毎回多くの方にお集まりいただき、2時間以上の試合にも最後まで軽井沢から大声援を送っていただきました。



軽井沢駅や役場でのお出迎えと 平昌冬季オリンピック報告会

チームが帰郷した2月27日には、軽井沢駅と町役場に多くの方にお集まりいただき、あたたかいお出迎えをいただきました。

また、3月2日には軽井沢アイスパークで報告会も開催していただき、会場には420人の方にお集まりいただきました。応援して下さった皆さんに、直接お礼の言葉を伝えることができ、選手たちも感激ひとしおでした。

この日、長くチームを率いてきた長岡はと美コーチは退



任し、今後は次世代の選手育成に携わることを発表しました。

パラスポーツの祭典 「パラスポーツフェスタ in 軽井沢」開催！

2027年、長野県では国体(国民体育大会)の開催と、全国障がい者スポーツ大会の開催が内定しました。この障がい者スポーツの祭典を長野県民全体で取り組む気運を醸成し、障がい者スポーツへの理解を深めることを目的に、今後「パラスポーツフェスタ」と題したイベントが県内各地で催される予定です。その初の開催地として軽井沢が選ばれ、6月17日(日)「パラスポーツフェスタ in 軽井沢」が軽井沢風越公園総合体育館で行われることになりました。

イベントでは、「ボッチャ」「フロアカーリング」「ブラインドサッカー」「シッティングバレー」「車いすバスケット」「ラート」などの競技を体験することができます。また、男子カーリングチーム・SC軽井沢クラブの両角友佑選手、両角公佑選手、パラアイスホッケーの上原大祐選手、松本山雅FC 鐵戸裕史アンバサダー、信州ブレイブウォリアーズの三ツ井利也選手によるトークショーも開催されます。

パラスポーツ フェスタ in 軽井沢

参加は無料で、年齢、性別、障がいの有無は問いません。パラスポーツについて知りたい方、体験してみたい方は、ぜひ会場へ足を運んでください。

パラスポーツフェスタ in 軽井沢
期日：6月17日(日) 12:30～16:00
場所：軽井沢風越公園総合体育館
お問い合わせ：event@karuizawaclub.ne.jp



「第11回軽井沢ユニバーサルスポーツ祭」参加者、ボランティア募集！



今年も「軽井沢ユニバーサルスポーツ祭」が初夏に開催されます。年齢や性別、国籍、障がいの有無を問わず、誰でも気軽に参加して健康的に体を動かしてもらうことを目的としている運動会で、みんなで楽

しめる軽井沢の恒例行事となっています。一日思いきり体を動かして、楽しい時間を過ごしましょう。

ただいま参加者、ボランティアを募集中。家族や仲間と一緒に申し込みください(個人申し込みも受付可)。当日はブース出店やフリーマーケットの開催も予定しています。

軽井沢ユニバーサルスポーツ祭

期日：6月16日(土) 10:00～ 場所：軽井沢風越公園総合体育館
お申し込み・お問い合わせ：event@karuizawaclub.ne.jp TEL0267-46-8960

「風越ランニングサークル」3年目を迎えました

今年の3月15日で、ランニングサークルの活動は3年目に入りました。当初5名程度だったメンバーも回を重ねるごとに増え、今では総勢約30名のサークルに成長しました。

現在は主に火曜と土曜に活動をし、土曜はインストラクター役を快諾してくださった福土裕さん、福土理子さんの指導のもと練習を行っています。福土さんをはじめ、とても協力的なメンバーが多く、たとえば練習のペースに少し遅れてしまう参加者には声

●ランニングサークル

毎週火曜、第1・3土曜 10:00～11:00 1回500円

ランニングを始めたばかりの方から、マラソン大会でタイムを縮めたい方まで、さまざまなレベルのメンバーが在籍しています。ただ走るだけでなく、「怪我をしないランニング」をコンセプトに、怪我を防ぐための筋力トレーニング、ストレッチ、各種体操を取り入れ、ランナーとしての身体づくりも行います。

●ハイドロアクアRUN×3(初心者～上級者向け)

不定期開催(月1回程度) 1回1,000円

水中で水の抵抗を大きくするトレーニングツールを装着し、音楽に合わせてランニングに必要な筋肉を鍛えます。浮力があるので、膝などの関節痛に悩む方でも心肺機能を高めることが可能です。開催情報はFacebookで「風越ランニングサークル」を検索いただくか、電話でお問い合わせください。

風越ランニングサークル(担当：依田)
TEL：050-3699-3556(スカップ軽井沢・トレーニングルーム)

をかけあったり、付き添ったり、支え合いながら仲間と一緒に走りを楽しんでいます。

3年目はメンバーのコミュニケーションをさらに深める活動に重点をおき、またレベルに合わせたイベントを提案していきたいと考えています。新メンバーも募集していますので、興味がある方はお気軽にご参加ください。

●スロラン(初心者向け)

毎月第1・3土曜 18:00～19:00 1回500円

「日常生活のウォーキングをフィットネスに」をテーマに、まず正しい歩き方を体得し、ウォーキングで運動効果が得やすいようにします。また、ゆっくりしたペースのランニングによって筋持久力やスタミナを身につけます。体力に自信のない方や姿勢が気になる方、普段なかなか運動する時間がない方におすすめです。

●正しいランニングフォーム習得講座(初心者～上級者向け)

不定期開催 ※料金はお問い合わせください

正しいランニングフォームを講義とエクササイズで習得しましょう。まず、現在のフォームを動画撮影し、不自然な動きはないか、力みすぎているかなどを分析し、講義を行います。不自然な動作があれば、原因は筋肉のインバランス(不均衡)です。講義後は改善のためのエクササイズをセミプライベート形式でレッスンし、身体の違和感やごちなさや解消します。姿勢や歪みなどが気になる他競技のアスリートにもおすすめです。



長岡ヘッドコーチを迎え活動3年目に「カーリングエリートアカデミー」

「長野から世界へ」をスローガンに、カーリング未来プロジェクトの一環としてジュニアカーラーを育成する「カーリングエリートアカデミー」は今年3年目を迎えます。

今年度は男子カーリングチーム・SC軽井沢クラブのコーチとして、長年世界の第一線で戦ってきた長岡はと美氏が、チームコーチ退任後、同アカデミーのヘッ



ドコーチに就任しました。新たにアカデミー生を募集した今年度、書類審査を行って女子8名、男子5名を選抜しました。5月から来年3月まで、氷上トレーニング、フィジカルトレーニングや栄養講座、さらには国際的スポーツ人としてのマナー教育など、充実したプログラムで指導陣と一緒に世界を目指します。アカデミー生たちの受講の様子や活躍については、今後のクラブニュースで紹介いたします。



軽井沢の男子チームが初優勝「CITIZEN U21 軽井沢 Jr. チャレンジカップ2018」



3月23日～25日の3日間、ジュニアのカーリング大会「CITIZEN U21 軽井沢 Jr. チャレンジカップ2018」が、カーリング未来プロジェクトの一環として開催されました。12回目となる今年度は全国各地から多くの応募があり、地区予選を行って本戦出場チームを選定しました。昨年の日本ジュニア選手権の男女ベスト4のうち7チームが参加したこともあり、昨年以上にレベルの高い大会になりました。

結果は地元軽井沢の男子チーム「Rhodonite(ロードナイト)」が初優勝を飾りました。優勝チームには特製トロフィーのほか、特別協賛のCITIZEN様より腕時計が贈られました。

今大会の様子はFacebook@U21KJCCにアップされていますので、ぜひご覧ください。来年の大会もさらに内容を充実させる予定です。どうぞご期待ください。

北信越フットサルリーグ昇格は持ち越しに フットサルチーム・SC軽井沢クラブ

2月18日にフットサルチーム・SC軽井沢クラブは長野県代表として北信越フットサルリーグ2部参入戦に挑みました。新潟県代表のグランヴォーチェ柏崎と対戦し、結果は6-14で敗戦。残念ながら、今年目標であったリーグ昇格は叶えることができませんでした。



参入戦で流した涙、悔しさは参入戦でしか返せません。またゼロからのスタートですが、チームとしてパワーアップし、次こそ北信越Fリーグ昇格を目指します。引き続きフットサルチーム・SC軽井沢クラブへの応援をよろしくお願い致します。

フットサルクラブ 「ファミリー感謝祭」を開催しました

3月31日、フットサルクラブは1年間の感謝の気持ちを込めて、協賛社様、スクール生、保護者、地域の子どもたちから参加を募ってファミリー感謝祭を開催しました。

選手たちとともに、日ごろから練習で利用している風越公園と湯川ふるさと公園のゴミを施設への感謝を込めて拾い、そのあとはレクリエーション、フットサル、最後にはじゃんけん大会を行い、みんなで楽しい時間を過ごしました。

いつも応援くださっている方たちと選手が交流できる時間を、今後も定期的に設けていきたいと思っております。参加いただいた皆さん、ありがとうございました。

