



人と地域と
スポーツと

通信



TRYMU*NEWS



〒957-0021 新発田市五十公野6080番地 五十公野公園屋内体育施設 (サン・ビレッジしばた) 内
TEL: 0254-28-7510 FAX: 0254-28-7511
URL <http://www.trymu.com> e-mail info@trymu.com

ちびっこスポーツ教室

1期・2期

4月から1期5回、2期5回コースでちびっこスポーツ教室を行いました。運動遊び、からだであそぼう、楽しく走る・跳ぶ、サッカー、卓球、ラグビーフットボール、ヒップホップダンスなど、毎回、様々なスポーツ指導者や選手にお越し頂き、体を動かすことの楽しさを、色々な遊びを通して教えていただきました。

ラグビー



新発田ラグビースクールのコーチと楽しく準備運動をした後、チームに分かれ輪になってどこに転がるかわからないラグビーボールを渡したりリレーをしたりしました。最後にはポートボールのルールでゲームを行いました。

ヒップホップダンス



中條鈴先生の動きを真似しながら一生懸命覚えめました。音楽に合わせて、振りをつけて踊ることは神経系のトレーニングになるそうです。最後には、保護者の方の前で発表することができました。

サッカー



ジャパンサッカーカレッジのコーチとボールを使いながら楽しく準備運動。チームに分かれてドリブルの基礎練習の後はミニゲームをしました。全員でボールを追いかけて得点を入れる場面もあり、大変盛り上がりました。

卓球



球をラケットに乗せて歩いたりして球の扱いに慣れた後、新発田ジュニア卓球のコーチや選手に球出しをしてもらい、打ち返す練習をしました。段々打ち返せるようになり、最後には「また、やりたい!」と大好評でした。

走る・跳ぶ



佐藤敏郎先生とミニハードルを使って、小刻みに走ったり、腿を高く上げながら走ったり早く走るためのポイントを教えてもらいました。後半はマットを使って、その場跳びや助走をつけて跳ぶ練習。最後には、バトンを使って走る練習やリレーも教えてもらいました。

運動遊び



高塚利香先生とじゃんけん遊びやトンネルくぐり、バランス遊び、かさをに入れるビニール袋をふくらませスポチャン遊びなどをしてたくさん体を動かしました。



島津印刷株式会社

ISO9001認証登録 <http://www.shimazu-pnet.co.jp/>
品質マネジメントシステム
■本社・工場 新潟県新発田市富塚1419
TEL 0254-27-2101 (大代) FAX 0254-21-5013
ISO14001認証登録
環境マネジメントシステム
■新潟事業部 ■東京事業部 ■関西営業所
■仙台営業所 ■山形事業部

酒蔵でしか
飲めなかった
しぼりたての原酒を
詰めたて出荷。
それが、原点。
しぼりたての旨さまで、
ふなぐち
菊水一番しぼり
お酒は二十歳になってから。



菊水

島津印刷株式会社 [0254-27-2101] [0254-21-5013] [0254-27-2101] www.kikusai-sake.com



新発田ガス株式会社

代表取締役 佐藤 哲也

新発田市豊町1丁目4番23号 ☎0254)22-4181
ホームページアドレス <http://www.shibatagas.co.jp>

教室の紹介

「ランニングクリニック」

昨年に続き、新潟アルビレックスランニングクラブの「ランニングクリニック」の開催において、とらい夢もお手伝いさせていただきました。

雨の心配をしながらの教室でしたが、毎回、この時間にはお天気が回復し、スマイルアップコース（初心者）・エンジョイアップコース（中級者）・タイムアップコース（上級者）に分かれ、姿勢づくり、正しい姿勢での歩行、ランニングの仕方から毎回鬼コーチ？の指導のもと楽しく行なわれました。最終日には、各自で目標タイムを設定し全員で3000mを完走することができました。



「やさしいヨガ教室」



毎週金曜日 10時～11時15分

この教室では、「呼吸」に目を向けていきます。絶えず繰り返されている呼吸に意識を向けることで何を感じとるか、積極的にそんな自分のためだけの時間を作ってみてはいかがでしょうか。マットの上に立ち頭の中をリラックスして深く気持ちのよい呼吸をしてみます。そこから始まる、立つ、座る、寝る、それぞれのポーズを呼吸の流れを感じながらゆっくりと動いていきます。動きは自分に無理のない心地良いところで十分です。自分の今の状態を確認するような感覚で気軽に参加してみてください！（講師 桐生 智子）



地域や学校行事を応援します！

とらい夢では、主な活動のひとつとして、行政、学校PTA行事や企業等に講師を派遣するという活動も行っています。講師派遣の依頼も年々増加し、1回の依頼から通年の依頼まで様々です。

小学校PTA・保育園



猿橋小学校・東豊小学校・中浦小学校・松浦小学校・たから保育園からは、PTA行事として「親子エアロビクス」「親子レクリエーション」「トッキキダンス」「親子あそび」等で依頼を受けました。様々な講師の方を派遣し、親子で楽しく汗をかいていただけたようです。

幼稚園・公民館



加治地区公民館からは、「トランポリン」の依頼を受け、たくさんの子どもたちに喜んでいただけたようです。新発田幼稚園PTA・加治地区公民館からは、「ヨガ」の依頼も受けました。初めてのお母さん方でもできるようにストレッチなども取り入れ無理なく体験していただけたようです。

新発田ガス(株)



昨年に引き続き、社員向けにメタボリック対策として、講義と運動指導の依頼を受けました。就業後社内の会議室ということで、たくさんの方に参加していただき、講師の方に職場でも座りながらできるストレッチなどを教えていただきました。

胎内市教育委員会



5回コースで「卓球教室」の依頼を受け、新発田ジュニア卓球の姚天明先生にお願いしました。大好評のようで皆さんとても熱心に取り組んでいました。

新発田市産業振興部観光振興課



『健康づくり大学』の中の「軽運動」・「ヨガ」・「マッサージ講座」の依頼を受けました。県外から参加された方にも楽しんでいただけたようです。

新発田市教育委員会生涯学習課



月1回行っている『キッズ教室』の運動指導の依頼を受けました。1年間を通して同じ講師の方を派遣しております。

【とらい夢会員特典情報】
 (協賛企業利用特典) お店で会員証をご提示頂くと、特典が受けられます。
 ・イケダスポーツ・ホンマススポーツ
 ・スポーツショップ キャプテン
 ・アルペン新発田店・コバスポ
 お買い上げ金額より**5%OFF**
 (一部商品を除く)

FD
 「心の明かりと心の快適をお客様へ」
 電気工事・空調設備工事・空調クリーニング
 冷媒回収事業所
有限会社 不二富電機
 新潟県新発田市本町3丁目1-21
 TEL 0254(26)1240 FAX 0254(21)1396

栗山米菓女子バレーボール部

株栗山米菓ファクトリー新発田工場
 新発田市岡田1824-3 TEL0254-24-7373

新発田ニューホテルプラザ
 新発田市諏訪町1-9-29
0120-263136
<http://www.van-rai.net/plaza-h/>
 新発田ニューホテルプラザ1F 新発田ニューホテルプラザ2F
 長江 柔六
 (0254) 26-3038 (0254) 26-2180

……T&Sグループ [スポーツ施設]……
 シバタロイヤルテニスクラブ
インドアテニススクール
 TEL.0254-26-1717
 新発田市新富町1-4-12
 日本体育協会公認水泳教師在籍校
新発田スイミングスクール
 TEL.0254-26-1123
 新発田市緑町2-1-28

新発田 Welcome to shibata
 town promotion public corporation

 活力あるまちづくりと皆さんの健康づくりをサポートいたします。
財団法人 新発田市まちづくり振興公社
 施設管理事業へのお問合せ 0254-23-3050
 観光振興事業へのお問合せ 0254-26-6789
 公社ホームページをご覧ください。
<http://www.shibatappc.com/>

『新発田リトルシニアリーグ』

新発田リトルシニアリーグは、新発田市及び近隣の市町村の中学生を対象とした硬式野球チームです。中野昭一監督のもと、火・木曜日の夜は小学校の体育館で、土・日曜日は、敬和学園大学のグラウンドをお借りし、全国大会出場を目指して練習に励んでいます。

新発田リトルシニアリーグでは、硬式野球の技術の習得はもちろんですが、あいさつ、言葉遣い、礼儀、身だしなみや仲間への思いやり、好きな野球を思う存分やらせてくれる保護者への感謝の気持ちを大切にするなど立派な社会人となるための基礎づくりを目的としています。

ヘッドコーチ 池田 至

- 2004年 第32回リトルシニア日本選手権信越大会優勝
全日本中学野球選手権大会（ジャイアンツカップ）ベスト8
- 2007年 第35回リトルシニア日本選手権信越大会準優勝
- 2008年 新潟県硬式野球連盟会長杯優勝 など



『SHIBATAマーチングバンド「vivo」』

「vivo」=ヴィーヴォとは音楽用語で「快活に、元気よく!」という意味です。音楽が好きな人、マーチングが好きな人が集まったバンドです。メンバーは小・中学生から高校生、専門学校生、社会人まで現在26名で4月の活動開始から約2ヵ月半、ようやく演奏もかたちになってきたようです。経験のある半数の人たちがとても丁寧に初心者をサポートし、和やかな雰囲気です活動しています。



これからは、8月のマーチング県大会に向けてフォーメーションの練習に入ります。

ディズニーリゾートで演奏、演技が出来る事を夢見て活動しています。

練習日

- 金曜日 19:00～21:00 車野小学校体育館
- 日曜日 13:00～16:00 住吉小学校体育館

大会結果

- ・T&S 新発田スイミングスクール
- ◎新潟県小学校選手権
 - 50M 背泳ぎ 3位 中山 夢月
 - 100M 背泳ぎ 3位 中山 夢月
- ◎新潟県高校総体
 - 800M リレー 優勝 穴水 雄大



- ・T&S 新発田インドアテニススクール
- ◎全国中学生テニス選手権北信越地区予選大会
 - 準優勝 豊野 潤也 (全国大会出場)
- ◎全国小学生テニス選手権北信越地区予選大会
 - 準優勝 渡辺 快 (全国大会出場)