

2019

4月号

まっく平成かわらばん



ご入園、ご入学、おめでとうございます！

いよいよ新年度が始まります。子ども達も期待に胸を膨らませていることでしょう。しかし、新しい環境は、子供にストレスや緊張を与え、泣いたり、甘えたりする症状が出ます。

カラダを動かすとストレスが解消され、元気な心が育ちます。積極的に活動し、楽しい新年度にしましょう！

◇4月からのスケジュール◇

水、金曜日ピヨピヨクラスは、しばらくお休みです。11時からピヨピヨ・トリムの合同クラスになります。

◇日曜日振り替えクラス◇



4月から、しばらくの間お休みします。

◇まっく寺子屋子育て講座◇

【日時】4月19日(木) 10～11時/11～12時

【テーマ】「しつけとおしつけ」

※10時～と11時～は同じテーマで行います。

※お申込みは、電話、メールまたは体操時にスタッフまで。



4月 マット運動スタート！

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

★3日(火)、4日(水)、5日(木)は、午前クラスは、お休みです。午後クラスは、通常通り行います。

★火、水、木曜午前クラスの方は、1回分を月内に振り替えてお越してください。

スポーツはまず自分のために行うもの

最近TVは、いろいろなスポーツの放映が多くなりました。いいことですが、どうも内容がおかしい方向にいつているように思います。

まず、頻りに画面に登場するのは、女性であればかわいかったり美人選手が多いことです。スポーツの技術や内容の解説よりもそちらに重点が置かれているのがよくわかるシーンが多いこと。もうひとつは、有名になっている選手ばかり映すことです。全ての選手に目を向けいいプレーや勝ちにつながるプレーにカメラを向けるべきなのにひとりの選手ばかりを追いかけてたりします。何のための放映なのかと疑問を持つ人は多いことでしょう。

一番大きな問題は、勝者がやたらと「みなさんのお陰で勝りました」と言うことです。そんなことはありません。自分の努力や工夫、練習、運などで勝ったのです。観客や協会のお陰ではないのです。以前女子マラソンの勝者が「生まれて初めて自分自身を褒めたい」と言い

5月 前転～側転～逆立ち！

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

★1日(火)～5日(土)は、お休みです。

★金、土曜クラスの方は、1回分を月内に振り替えてお越してください。

★29日(火)～31日(木)は、5週目ですが、通常通り行います。

ましたが、それが正解です。スポーツはあくまで自分のために行うものです。いつの間にか「人のために行う(というのが?)ことが美德」のような雰囲気が漂っています。もちろん、お世話になった方や応援してくれた友人知人にも感謝は必要ですが、まず、自分がどうであるかが大切です。

また、近年はTV中心でTVを見ている客が面白いようにと多くの種目がルールの改正をしています。これも間違いです。TV放映することでスポーツの商業化(ある意味アメリカナイズ)が進み金目当てのスポーツ(選手)が横行、日本も今後はドーピング問題を無視できないことになるでしょう。ドーピングは、人体を廃人化します。これも「自分のため」にはなりません。東京オリンピックを前にしてスポーツを自分の技術と人格向上のために行うという本質を選手も観衆ももう一度考え直す時期が来ているのではないのでしょうか。

まっく代表 向井忠義



からだと心づくりの
まっく体操クラブ

〒181-0013 三鷹市下連雀 3-38-8 2F
☎ 0422-49-4321 <http://mactaiso.com>

年間
コース

無料体験随時受付中