

鶴見から世界へ羽ばたけ!! 体と心の成長を 支援する体操クラブ

鶴見総合体育研究所

つめナヒ

vol.6-4

鶴見総合体育研究所(横浜市鶴見区下末吉、白井勝晃代表、045・583・7602)は、幼児の体操教室から本格的な体操選手を目指す子供、さらにはダンス教室等、幅広い年齢層の方が利用できる地域密着型の体操クラブである。

先日行われたロンドン五輪では、日本勢のメダルラッシュで列島の興奮冷めやらぬ中、体操の内村航平選手が個人総合で金メダルを獲得。かつて体操ニッポンと言われ、日本が世界の頂点を極めた時代から離れて久しいが、その間も復活を誓い、努力を重ねた結果が実を結んだということ、改めて体操が世間から注目を集めているところである。

その中でも、白井代表は、「体操はすぐに上達するものでなく、コツコツと練習することが必要であり、そこで培われるのは体力の向上だけでなく、精神力、忍耐力などの心の勉強です。挨拶作法、家族や



白井代表と同クラブの生徒

先生、友人だけでなく、体育館、器具に至るまで感謝の気持ちを持つこと。そういった人やものに対する優しい気持ちを育てることが大切です」と語る。実際、同クラブの体育館を訪れると、すれ違う子供たちから掛けられる「こんにちは!!」という真つ直ぐで、元気な挨拶は、白井代表の言葉がしっかりとクラブに浸透していることを感じさせる。

現在の会員数は、650人。幼稚園や保育園の体育指導を含めると1200人にも上る。白井代表は元々教員であったが、教職の傍らで体操を教え、小さな体育館から始めた体操教室が現在の規模に至るまでになった。10月には下末吉に第二体育館が完成。一号館では主にジュニア層の指導にあたっているが、二号館では新たに中高年に向けたアンチエイジングのプログラムを扱う予定だ。「やるからには子供だけでなく中高年まで全て。地域全体が元氣になれば」と白井代表は目に一層力をこめて夢を語る。

最後に白井代表から一言。「体操とは、『身体を操作する』と書きます。運動から日常生活に至るまで、生きていく限り、いつまでも体操しなければならぬ。身体は使わなければダメになってしまう。何かを理由にして、コツコツやるべきことをないがしろにしてはいけません。使うほど身体は強くなる。日々体操を取り入れ、健康で元氣に頑張りましょう!」