

# 2020年 月刊チットチャット通信 2月号

いつもチットチャット・スポーツ塾をご利用いただきありがとうございます。

月刊チットチャット通信では、  
チットチャットで行うイベントや講座などその他様々な情報をお届けいたします。

## 活動報告

快晴の1月11日(土) 甲子園リレーマラソンに参加してきました。  
阪神電車のイベントで、1チーム6名で2チームチットチャットからエントリーさせて頂きました。

中学生以上のお友達やチットチャット卒業生のお友達、そして今回はマラソン経験者のお父さまをお誘いしたり、4名の保護者の方もご参加して下さいました。

まずは、「甲子園に来たのは初めて！」という方もいる中でグラウンドに入り記念撮影が出来る時間があり、「神聖な甲子園の土を踏める」というスペシャルな経験から始まりました。

「甲子園の土は持って帰らないでください」という注意書きに皆さんグッとこらえて、「触るだけ・・・」と我慢しました。(笑)

1号店では月1回のペースで「ジョギングクラブ」を実施しており、「走る」を通して、体力づくりはもちろん、人の輪も広げていけたら嬉しいなどの思いもあり今回も色んな方にお声掛けさせて頂きました。

みんなで1本のタスキを繋いでいったリレーマラソン。ひとりで走るのとはまた違った魅力がたくさんありました。

「来年も参加する!」「楽しかったあ〜」「次は親子で参加します!」と早速たくさんの感想を頂いています!「我こそぜひ!」と思われた方はぜひエントリーお待ちしております!(^\_^)!

1号店 ちょみ・みか・えびちゃん・あや



## 教室のご案内

高槻店にて実施しておりますプール教室につきまして  
おかげ様で好評を頂いており、4月から全店舗からの  
募集をさせて頂くことになりました。

水やプールが苦手なお子さん、運動量を増やしたいお子  
さん等々・・・ぜひお申込みください。

詳細は各店舗に置かれているチラシもしくは高槻店まで  
問い合わせください。締め切り 2/17(月)まで。



## イベント・講座

### ○呼吸コンディショニング(3号店にて)

2月16日(日) 午前10時~11時30分

### ○コミュニケーション講座(3号店にて)

2月12日・16日・3月11日(水)

午前10時~11時30分

### ○1号店 ジョギングクラブ

2月12日(水) 午後17時30分~

### ○高槻店 マラソン大会

3月8日(日) 午前12時30分~

○発達障がい児の運動発達アプローチ

(講師:もりしー)4月26日(日) 東京にて開催。

どんなふうに跳ぼうかな?

なわを両手で持って腰の位置で準備!

姿勢よく、足はそろえよう!



どこが違う??



あれ?腰が曲がってるぞ~!



手が高いから跳びにくそう

さあ、「前跳び」の練習!

1



2



3



ジャンプ!

- 大きく縄を回そう
- なわが足にぶつからないように注意しよう
- 音を立てないようにジャンプしよう

踵をつけないつま先着地が理想!  
⇒なわとびは協調運動です。上半身と下半身、腕と脚を上手く連動させることで跳ぶことができます。



かつぐと難しそう。

最初に前になわを置くと

跳ぶ→回す→跳ぶで連続跳びにつなげやすい!

タイミングよくジャンプができない  
→まずは跨ぐことからやってみてください。跨ぐ・歩く等から行うことでリズムが掴みやすくなります。



回すのが上手くいかない  
→片手ずつで回す練習をやってみてください。腕で回すのではなく、肘支点・手首支点で行ってみましょう。



スタート位置は?

あや跳びに挑戦!

腕を大きく交差させましょう。交差させる位置は胸とお腹の間、間辺りが理想です。手首だけでくるくる回すことができると、連続跳びに繋がりがやすいです。



## スタッフインタビュー

★みかりん→かおりん★

名前:鈴木 香織(すずき かおり)

ニックネーム:かおり

所属:3号店

① 日々心掛けていることは何ですか？

(答え) 毎朝「いつもありがとうございます！」と言葉に出して言う

② 大切にしていることは？ (答え) 笑顔で過ごす

③ 指導をしていて、幸せな瞬間は？ (答え) 目の前の子どもと  
シンクロした感覚、繋がった感覚、呼吸までシンクロしていると感じる時

④ 今、ワクワクすることは何ですか？  
(答え) 何が起こるか分からないことにワクワク

⑤ これからどんな自分に期待しますか？  
(答え) 自分の苦手分野にも臆さず、チャレンジできる自分に期待。

⑥ 好きな言葉は？ (答え) 一期一会

⑦ 自分を動物に例えるなら？ (答え) イルカ 自由に！

⑧ 10年後の自分に言いたいことは？ (答え) 何事もおもしろがれ♪

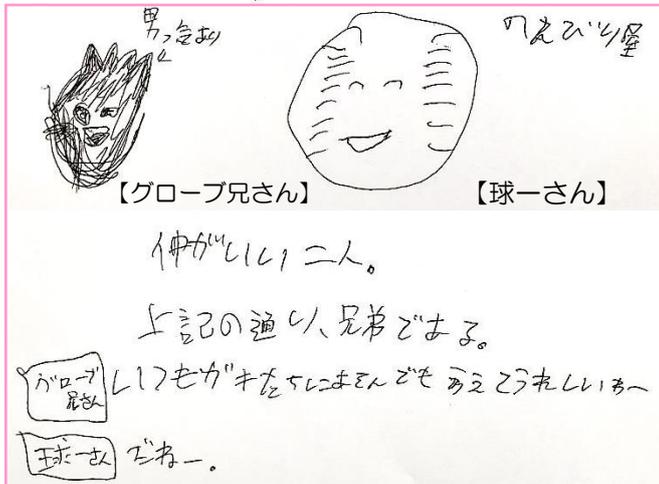
⑨ 皆さんに一言！ (答え) 3号店のかおりです。いつも保護者の方には  
温かい心ざしで見守って頂きありがとうございます。  
それがとても私の糧とパワーになっています。これからも笑顔でいつも笑って  
子どもさんと共に一緒に成長していきたいです。

⑩ 次にインタビューしたい人は誰ですか？ (答え) 2号店はるきです。



## アートギャラリー

各店舗の子どもたちが〇の代わりに描いてくれた絵や家から持って  
きてくれた作品を掲示しています。HPにてご覧いただけます。



【2号店】ゆるキャラを作ってくれました。

## 〇チットチャットのLINE公式アカウントについて

各店舗のLINEの公式アカウントができました!各店舗からのイベントやお知らせを配信しています。まだ登録していない方はぜひ登録をお願いします。詳しくは店舗に掲示している「LINE 友だち登録ご案内」をご覧ください。

## チットチャットからのお知らせ

### 【お願い】

- ① 同日に複数の事業所を利用することは制度のルール上、不可となっております。
- ② 受給者証を更新や内容に変更があった場合、速やかに受給者証をご提出ください。
- ③ 当事業所にて「上限管理」をされている方が新たに別事業所をご利用になられる場合は速やかにご連絡願います。

発行先：株式会社チットチャット

住所：〒542-0012 大阪府大阪市中央区谷町7丁目1番39号新谷町第二ビル206号

TEL06-6764-7282 Fax 06-6764-7283

HPはこちらから

