



なな サポ



Vol.33
2023年8月

越谷市市民活動支援センターの愛称〈ななサポこしがや〉は、

- 活動の拠点 ●交流の場 ●市民活動の相談 ●学習の支援
- 情報収集と提供 ●文化の向上 ●観光・物産情報の提供

市民活動への7つのサポートを表しています

発行：越谷市市民活動支援センター 住所：埼玉県越谷市弥生町16-1越谷ツインシティBシティ4階、5階
URL: <http://koshigaya-activity-support.info/> Eメール: info@koshigaya-activity-support.info
市民活動支援センター／TEL 048-969-2750・FAX 048-969-2751 中央図書室／TEL 048-969-1800
利用時間：午前9時～午後9時30分(図書室 午前9時30分～) 休所日：年末年始(図書室のみ休室日別途有)

さあ、 遊ぼう

たかが遊びと侮らないで、
遊びは、子どもの発達に欠かせないプロセスだ。

余裕という意味だってある。

おとなも子どもと一緒に遊ぼう。

夢中で遊ぶと、心が軽くなって、

コミュニケーションのきっかけになるし、交流が生まれる。

さあ、思い切り遊ぼう。



シーズン開幕間近
越谷アルファーズを
応援しよう(2・3面)

今号のテーマは、遊び、心です。
このたび紹介するセイラビリ
ティ越谷は、ウォータースポーツで
水辺を楽しみ、カーレット越谷クラ
ブは、カーレット(卓上カーリング)で
盛り上がります。それぞれ遊びを
通じて、世代やハンディキャップを
乗り越えた交流につなげています。
例えば、介護予防には、閉じこも
らないことが有効と言われています。
外に出て、いろいろな人とふれ
あい、役割を果たしていく、そうす
ることで生活の質の向上が期待され
ます。高齢者だけではありませ
ん、若い世代もハンディキャップの
ある方も、交流を通じて得られるこ
とがあるはずです。
さあ、この夏、あなたも何かを始
めてみませんか。

NPO法人 セイラビリティ越谷

天気の良い日に、桟橋からヨットに乗
り込む。ハンモックシートに腰をおろし、
レバーを握る。風を読むために帆を見上
げれば空は広く、頭上を白い鳥が飛んで
いく。徐々に桟橋から離れると日常から
解き放たれた開放感があり、味わったこ
とのない音の世界が広がった。

ヨットが水を切り進む音。帆が風を受
ける音。鳥のさえずり。
なんて素敵な休日だろう。ここは、レ
イクタウン大相模調節池。

NPO法人セイラビリティ越谷は、こ
こを拠点とし、主にハンザディンギーと
いうヨットの活動をしています。代表の
久川雅大さんに話を伺いました。

ハンザディンギーとは、ユニバーサル
デザインの小型ヨット。子どもからシル

バー世代の方まで、ヨットの経験が無く
ても、ハンディキャップがあっても、誰
もが風や水を感じながらセイリングを行
うことが出来ます。転覆しない安全な構
造で、操縦はハンドルを左右に倒す簡単
なものです。座席はハンモックシートな
ので、脊髄損傷している方も乗船できま
す。車いすユーザーの女性が集まるイベ
ントでは大変好評でした。国内レースで
は、海外からの参加者もあります。

久川さんは、ハンザディンギーに出会
ったとき、これなら誰もがウォータース
ポーツを楽しめると思いました。

水辺でみんなが 楽しむ風景を見た

越谷は古くから「水郷こしがや」と呼
ばれ、水と親しみがありません。

久川さんは、レイクタウンの事業計画
に際して、市民協働提案で水辺利活用と

遊び心から交流が生まれる 世代や性別、ハンディキャップを超えて



カーレット越谷クラブ

皆さんは「カーレット」という競技を
ご存じでしょうか。カーレットは氷上の
チェスと称されるカーリングを卓上で行
うスポーツです。

このスポーツの生みの親であるNPO
法人カーレットジャパン協会理事長兼カ
ーレット越谷クラブの代表を務める田辺
陽二さんに話を伺いました。

カーレットが誕生したきっかけは、老
若男女が同じルールで一緒に行えるスポ
ーツが少なく、誰でも楽しめるスポーツ
を作りたいという思いでした。そこで千
葉大学保健体育科同窓生の協力の下、
2011年に開発されました。
ルールはカーリングと同様で、ハウス
(円)を狙ってストーンを滑らせます。
ハウス内で相手ストーンより中心に近い

ストーンの数を得点とし、8回戦合計で
得点を競うユニースポーツです。

ハンディなしで楽しめる

カーレットの一番の魅力は、性別や世
代を超えて楽しめることです。現在では
3歳から100歳を超える方やハンディ
キャップを抱える方も楽しんでいま

スローンの投げ方と得点方法の2つを覚
えるだけですぐにゲームができます。
また省スペースで行えることから参加
者同士の距離が近く、コミュニケーション
がとりやすいため、競技の盛り上がり
の感動が共有しやすい点も魅力のひとつ
です。最近では冬季オリンピックでのカ
ーリング日本代表の活躍によりカーレッ
トは全国に広がり、体験を希望する方が
ますます増加しています。

カーレット越谷クラブは、カーレット



「浮き桟橋と小型ヨット」を提案
しました。

また、子どもたちのために、水辺に親
しむ環境を作りたいと思い、水質調査や
ピオトープを守る活動、そしてSDGs
の取り組みの事業を行ってました。

治水のために造られた大相模調節池は
憩いの親水空間になっています。

「市民の皆さんに大相模調節池を活用し
て楽しんでほしい。誇りを持ち、環境を
大切にすることを育みたい。活動が水辺利
用者にとって日常になることを願ってい
ます」

さあ、レイクタウンの 水辺で遊ぼう

「シルバー世代は、若いころのヨットへ
の憧れから始める方が多いです。78歳か
ら始めた男性や、メンバーには85歳の女
性もいます。元気なシルバー世代を増や
していきたい。子ども用の手回しパドル
ボードやカヤックなども所有しているの
で、子どもも大歓迎。活動日は火・木・
土。事前予約で体験教室も開いていま
す」
休日を通すならレイクタウン。楽しむ
舞台は整っています。さあ、風を感じて
みんなで遊びましょう。

の製造と営業の拠点を市内に置いている
ため、越谷にもカーレットを普及させたい
との思いから設立されました。

カーレットを通して

「カーレットには健康面や福祉面でも効
果が表れています。障がいのある人もな
い人も分け隔てられることなく楽しめた
世代間交流ができた、自閉症や認知症が
改善したなどの声が上がっています。初
心者でもすぐに楽しめ、相手を思いやる
気持ちや感謝、そして盛り上がり共有
する、これがカーレット精神です」
この取材を通して、初めてカーレット
を体験しましたが、敵味方関係なく楽し
みました。この温かく和やかな雰囲気こ
そカーレットの真骨頂であり全国的に広
がり続けている要因なのではないでしょ
うか。

田辺さんの今後の展望はカーリング発
祥の地である北欧での国際大会を開催す
ることです。また9月に当センターで行
われる「ななサポまつり」にブースを出
店する予定です。
皆さんも無限の可能性を秘めたカーレ
ットと一緒に遊びましょう。



カーレット越谷クラブ 問い合わせ先
代表：田辺 陽二
連絡先：81.tanabe@gmail.com
HP: http://www.curllet.jp/

NPO法人 セイラビリティ越谷 問い合わせ先
代表：久川雅大
電話：090-1839-7726
HP: http://sailabilitykoshigaya.blog.jp/

観光物産情報

越谷アルファーズを応援しよう!

越谷駅東口を出ると、リリしい姿のバ
スケケットボール選手が迎えてくれます。
連絡通路にスラリと掲示された越谷ア
ルフアーズのポスターです。駅へと向か
う反対側の柱には、お茶目なポーズの選
手が見られます。アルファーズは、越谷
市をホームタウンとするプロバスケット
ボールチームです。アルファーズ選手と
してプレー経験のある社長の上原和人さ
んに話を伺いました。

「元気キャラバン」と「ネギばんばん」

アルファーズは、バスケットボールを
通じて「越谷ってこんなところ」という
紹介を兼ねた地域活動を行っています。
その一つが「元気キャラバン」です。

昨年度には26校の小中学校を訪問しま
した。校門での朝のあいさつ運動では、
大きな選手の姿に子どもたちは驚くそう
です。また、総合学習では「夢を叶える
には」「選手になったきっかけ」「どん
な努力をしてプロ選手になったか」など



2022-23
シーズンスローガン「七転八起」
BリーグでB2制覇しB1昇格を目指して
臨んだ2022-23シーズンスローガ
ンは「七転八起」。越谷だるまに通じる
ところがあり、ユニフォームの図柄にも
越谷だるまの意匠が施されています。ど
んな困難にも立ち向かい、何度でも立ち
上がり戦い抜くという覚悟が込められて
いました。

「プレーオフで惜しくも敗れてしま
い、くやしい。来シーズンはB1昇格の夢
を叶えたい」と闘志を燃やす上原さん。

「一体感空間」を楽しんでほしい
プロバスケットボールは、エンターテ
インメントとして楽しんでください」
会場の入り口にはバルーンが飾られ、



越谷アルファーズ 問い合わせ先
株式会社 アルファーズ
〒343-0026 越谷市北越谷4-18-1
TEL: 048-795-6063
HP: https://www.koshigaya-alphas.com/

中央図書室より所蔵本のご案内

『健康のためのウォーキング&ジョギング』

杉本 光公 他/出版社 三恵社



スポーツはカラダにいいものです。それはわかっているけど、「時間がない」「場所がない」と挫折してしまう人は多いと思います。
そんな人におすすめなのが、ウォーキングとジョギングです。歩くこと、走ることはスキマ時間で、場所を問わず行うことができます。本書はウォーキング・ジョギングのフォーム、ストレッチ、基礎トレーニングを全てカラー写真で説明しているため、写真を見ながら運動に取り組みやすくなっています。ウォーキングから学び、ジョギング、さらにその先のマラソンを目指してみるのもいいでしょう。
「少しずつ」というのを意識して、元気なカラダづくりにも励んでみるのはいかがでしょうか。

『野球のルール 超・初級編』

中野 良一 他/出版社 ベースボール・マガジン社



近年野球の競技人口が減少しつつありますが、WBCや越谷の野球イベントをきっかけに興味を持ち始めた方も多いのではないのでしょうか。ただ、野球は様々なルールがあるスポーツで、何も知らない人からすれば、観戦すらハードルが高いものです。
そこで、極めて端的に野球のルールを説明している本書をおすすめします。「超」初級編というだけあり、非常に大きな文字サイズかつ短い文章で野球のルールがまとめられています。
まずは観戦から、ゆくゆくはチームに入り、自身で野球をプレーして面白いと思います。越谷市は女子野球も盛んです。男女問わず野球の扉をぜひたたいてみてください。

これまでの10年 これからの10年



ななサポこしがやは、2022年6月に開設10周年を迎えました。開設以来、市民参加と協働の理念に基づき、登録団体とさまざまな事業に取り組みました。結果、センターの看板事業が数多く定着し、たくさんの方にセンターをご利用いただきました。登録団体をはじめ、ご利用者様、センターの運営に関わっていただいたすべての方に心から感謝申し上げます。

市民活動事業へのご協力に感謝

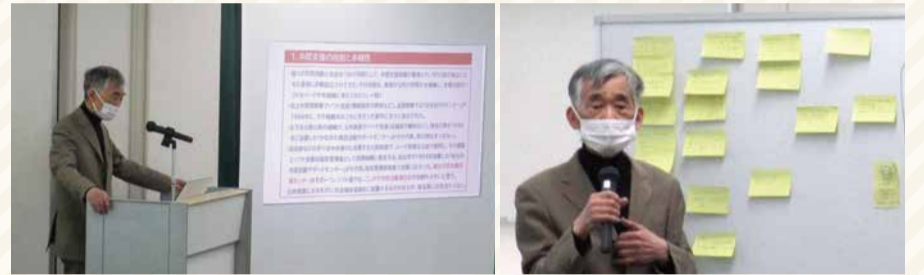
2023年3月19日(日)センターの事業にご協力いただいている団体と個人を対象に感謝状を贈りました。この日は、特定非営利活動推進法(NPO法)という法律が成立した日でもあり、記念すべき日です。対象の団体は、センターと登録団体が協働で実施する講座に5年以上ご協力いただいた19団体。対象の個人は、過去7回実施したななサポまつりで実行委員を4回以上務めた10名。福田晃越谷市長と当センターの鈴木宏孝所長(当時)から一人ひとりに感謝状と記念品としてガーヤちゃんグッズが贈呈されました。贈呈式後、皆さんと記念撮影を行いました。



魅力ある市民活動が魅力ある地域社会をつくる

感謝状贈呈式と同日、市民社会創造ファンド理事長兼、法政大学名誉教授の山岡義典さんをお迎えし、講演会を開催しました。地域社会における参加と協働や個人から組織の活動についてのお話に、多くの参加者が自分の活動と重ね合わせて理解を深めていたことでしょう。

講演後の質疑応答が活発に行われました。「若い人にも参加してもらうには」「クラウドファンディングについて」「活動の広め方」「資金のこと」など。山岡さんは、一つ一つ丁寧に回答しました。活動に役立つヒントを得て有意義な時間となったのではないのでしょうか。



これからの10年

4月1日から、新たに大山祐二所長が就任し、「センターのこれからの10年は、これまでの10年で培った実績を継承しつつ、市民活動団体と連携し多くの市民が利用しやすい魅力ある施設となるよう創造していきたい。そして、越谷市が推し進める『参加と協働のまちづくり』に、変化を恐れず貢献していきたい」と抱負を述べています。

新規登録団体一言コメント

越谷市歴史資料研究会

✉ nrb12019@nifty.com

越谷市を中心にした古文書等の歴史資料の発掘・研究を通して地域の魅力発見や活性化に寄与する活動を目指しております。定例会として毎月第三月曜日の午後に古文書の解読学習会を行っています。(宮原泰介さん)



登録団体の情報は、当センターHPの「登録団体情報」からもご覧いただけます。

NPO法人 埼玉県マンション管理組合ネットワーク

▶ <https://www.saikan-net.com/>

分譲マンションでの悩み事、困り事の相談会を開催しています。知識と経験豊富な、マンション管理士が、適切な回答を導き出して行きます。地域ネットワークを構築し、コミュニティー情報共有の場として活動しています。(土屋公司さん)

編集後記

カーリングはスケートリンクの確保やスケートの技術が必要となるため、参加のハードルが高いですが、カーレットには特別なスキルは必要なく気軽に楽しめます。ぜひ一度体験会などに参加してみてください。

(阿部)

ボール遊びができる場所にバスケットゴールが設置されている箇所はごくわずかです。ストリートバスケットやシュート練習など、気軽にバスケットボールが楽しめるそんな場所ができるといいですね。

(成清)

越谷市市民活動支援センター アクセスマップ

編集: ななサポ編集チーム(阿部、成清、木田、須田、二橋)
本紙は、越谷市市民活動支援センター登録団体および市民編集委員のみなさまにご協力いただき、編集・発行しています。

越谷市市民活動支援センターとは?
平成24年6月にオープンしたNPOをはじめとする公益活動を行う市民や団体、ボランティアなどを支援する施設です。指定管理者「アイル・オーエンスグループ」が管理運営しています。

UD FONT 機関紙ななサポでは、見やすい読みやすいユニバーサルデザインフォントを一部使用しています。

第12回 ななサポまつり

つながる、みつかる、「ななサポ」で

日時: 9月9日(土)10時から15時
場所: 越谷市市民活動支援センター (越谷ツインシティBシティ5階)、越谷駅前広場

※写真は第11回ななサポまつりのものです

社会福祉法人 天恵園

笑顔をお届けしよう!
障害のある方が笑顔で暮らしていく社会を目指していきます

居宅介護・同行援護・行動援護・移動支援・生活サポート
保育所等訪問支援・児童発達支援・福祉有償運送
児童発達支援/児童発達支援(医療ケア児対応)

特定非営利活動法人 合

障がいを持つご利用者さまとご家族が心、豊かに暮らす相談やお手伝いをします

児童発達支援・放課後等デイサービス・生活介護・短期入所グループホーム・日中一時支援・福祉用具販売・レンタル相談支援事業・埼玉県委託療育事業・越谷市委託相談支援事業

随時スタッフ募集中
短時間OK!
保育施設完備!

☎048-978-6449
越谷市大里729番地1

重症児者(医療的ケア)も対応いたします

「月刊ニュースレターかけはし」登録受付中!

毎月1回、越谷市市民活動支援センターと中央図書室の情報をお届けしています。

どんな情報が届くの?

- 越谷市市民活動支援センターと中央図書室のお知らせ
- 主催イベントや講座の開催情報
- センターに登録している市民活動団体の情報 など

詳しくは当センターHPをご覧ください

広告募集

機関紙ななサポでは、越谷の市民活動を応援して下さる企業/団体様の広告を募集しております。掲載をご希望の方は越谷市市民活動支援センター「機関紙ななサポ広告担当」までお問い合わせください。