

FINSスポーツクラブ

いきいきサークル



FINSスポーツクラブは、2001年11月に誕生した豊橋初の総合型地域スポーツクラブです。地域住民の自主運営で、子どもから大人までスポーツを楽しめるように様々な種目が用意されています。活動地域である福岡(F)磯辺(I)中野(N)栄(S)各小学校区の頭文字を取って、クラブ名をFINSとしています。いきいきサークルは、FINSスポーツクラブ内で活動するサークルの一つで、高齢者の皆さんがミニテニスを楽しんでいます。



▲平均年齢71歳、まさに“アクティブシニア”の皆さん。笑顔で、はいチーズ！(後列左から2番目)会長の荒砂さん

師走の寒い朝にもかかわらず、草間地区体育館には軽快なフットワークで、元気にミニテニスを楽しんでいるいきいきサークルの皆さんの姿がありました。このいきいきサークルには、平均年齢が71歳とは思えないほどエネルギーが豊富な方が多く、週に二度、草間地区体育館に集まり楽しく活動されているそうです。

FINSスポーツクラブでは、幅広い年代の方が楽しめる種目が多くありますが、会長の荒砂さんが「これからは競技力を高めるのではなく、高齢者のために適度な運動と交流ができる場も必要だ」と感じ、昨年4月、新たにいきいきサークルを立ち上げたそうです。ミニテニスは、ボールの回転やスピードがゆるやかなため、高齢者でも安全にラリーを楽しめます。

この日は、練習後にクリスマス会が開かれました。「スポーツは勝ち負けが

あるけど、終わってしまえば、みんな仲間ですよ。今日も楽しかった」と皆さんの会話も弾んでいました。

荒砂さんは「高齢者が地域で気軽に体を動かすことができる環境づくりが大切だと思っています。将来的にはミニテニス以外の種目を増やし、一つの会場でいろいろな種目が増えるようにしたいです。さらにラウンジも用意して、休憩を兼ねたおしゃべりの場もつくりたいですね」と目を輝かせて語ってくれました。

いきいきサークルは、スポーツを通じた健康増進だけでなく、地域の方たちの交流の場にもなっています。



▲クリスマス会のように。本日の試合結果の発表では皆さん大盛り上がり！終始笑い声が絶えない素敵なクリスマス会でした♪

FINSスポーツクラブ

いきいきサークル

- 【開催場所】草間町字平東89 草間地区体育館
- 【開催日時】毎週金・土曜日 9:00~12:00
- 【参加条件】福岡・磯辺・中野・栄各小学校区にお住いで、60歳以上の方
- 【参加費用】1回100円(FINS年会費1,000円)



▲最年長者は79歳！



▲バドミントンコートを使用。室内で行うため、一年中楽しめます♪