

宮前いきいき通信

創刊に関して

■媒体内容■

- 媒体名称：宮前いきいき通信 創刊準備号(2020年5月10日号)
- 媒体形態：A4 カラー4P
- 発行部数：5000部
- 配布形態：無料配布(フリーペーパー)
- 発行形態：誌面版>>5月11日(月)宮前区内読売新聞朝刊折り込み
宮前区内行政施設・区内商店などで徐々に配布
デジタル版>>ファンズスポーツクラブ宮前ホームページ内
<http://www.fscmiyamae.net/ikiiki.html>
宮前区ホームページ内
<http://www.city.kawasaki.jp/miyamae/page/0000117418.html>
- 発行時期：季刊誌(3か月に1号 次号予定は2020年8月10日)
- 発行：NPO法人ファンズアスリートクラブ www.fscmiyamae.net
- 編集部：ファンズスポーツクラブ宮前
川崎市宮前区菅生 6-21-1 レインボー向ヶ丘 1号室
TEL：070-6401-9223 e-mail：postmaster@funssports.com
- 発行責任者・編集長：井上秀憲

■誌面内容■

宮前区内のシニアに向けた「今、必要とされる情報」を、宮前区役所や地域の一般社団法人、企業などから収集し、まとめた一冊になっています。

P.1(スポーツページ)

- 創刊にあたって/柔道整復師 斎藤千秋のお家で出来る簡単トレーニング/ファンズTV

P.2(健康ページ)

- 宮前食物語/スローエアロビックのススメ/FSC 宮前&健康キャラバンの紹介

P.3(暮らしのページ)

- シニアの断捨離ライフ/宮前 TAKE OUT MAP/今出来る!!お家の問題エトセトラ

P.4(特集ページ)

- 簡単ビデオ通話術～60歳からの簡単スマホ術

■ 創刊にあたって ■



私たちは川崎市宮前区を拠点に活動している総合型地域スポーツクラブ(以下、総合型 SC)「ファンズスポーツクラブ宮前」を運営している NPO 法人です。総合型 SC とは、21 世紀の生涯スポーツ社会実現を目標に、全国で展開されている新しいスポーツクラブです。普段は宮前区内の小中学校で「地域の寺子屋事業」を受託し放課後の学習支援や体験活動の企画・運営や、体育授業の補助を行ったり、区内の市営住宅などで出張健康教室や、神木本町で当法人が運営しているスポーツスタジオで「生活習慣病改善エクササイズ」や柔道整復師などによる「部位別トレーニング」などを行っています。町内会の運動会で準備体操をしに出発したり、向丘出張所で「ディスカバーウォークの時ストレッチを覚えてもらったよ…」宮前スポーツセンターで「宮前ふれあいスポーツフェスティバルをやった人たちだ!」そうです。宮前区内各地で様々な活動を行ってきました。

しかし、新型コロナウイルス感染拡大予防のため全ての活動が休止となり、区民の皆様の健康増進活動が出来なくなった今、当法人でも小学生の学習支援や、子供たちや成人に向けてのトレーニング映像、シニア向けのオンライントレーニング講座など自宅で皆様の筋力維持や健康を保つための動画を YouTube で配信してきましたが、区内のシニアの方々にお話を聞くと「動画配信の見方が分からないのよ…」「お家で運動もいいけど、もっと知りたいこともあるのよ」など、色々なご意見を聞くことが出来ました。

そこで、宮前区内のシニアの皆様を中心に「心」も「体」も元気になれるための情報を小冊子にまとめ年に 4 回程度無料配布していこうという活動を行い、地域の皆様の「元気作り」の一端を担えれば…という気持ちより「宮前いきいき通信」を発行することにいたしました。宮前区にお住まいの皆さんの「元気の素」になれる記事を書いていますのでよろしく願います。

発行・編集人：井上秀憲（NPO 法人ファンズアスリートクラブ理事長）

■ 宮前いきいき通信に関するお問い合わせは ■

NPO 法人ファンズアスリートクラブ 佐藤まで

TEL : 070-6401-9223 e-mail : postmaster@funssports.com