

7月

スポクラ ハイレボ

令和6年7月1日
三鷹一小スポーツクラブ



早いもので、もうすぐ夏休みです。今年度のスポクラがスタートして4ヶ月目に入りました。保護者の方々やコーチたちのおかげでスムーズに活動が行うことができ、心より感謝申し上げます。8月初めには川上郷自然の村にて合宿も予定されております。4.5.6年生と女子部（3年生以上）の参加となりますが、普段とは違う環境の中で有意義な活動ができるようまた楽しい思い出となるよう、合宿係・運営にて準備を進めて参ります。どうぞよろしくお願いたします。

夏休み期間中のスポクラ活動について

今年の夏休み期間中（7/20～8/25）は郷土資料室・けやき教室の改修工事のため、校庭や体育館を利用することはできません。一小での練習はできませんが、遠征しての練習試合や他施設での練習が入る可能性があります。詳細は後日発行される8月スケジュールまたは、スポクラHPのスケジュールをご参照ください。

《8月試合予定》

8/17～18 バスケ夏季大会（5・6年生、女子部）

スポクラまもなく50周年!!

50周年に向け、コーチ・運営一体となり、ユニフォームの新調や、今の時代に合わせた新しい運営方法など、様々な取り組みを検討しています！9月頃に部員皆さんにお話しできるよう進めていますので、また追ってLINE等でご案内いたします！

熱中症予防のお願い

熱中症予防に、飲み物はいつもより多めに持っていきましょう。帽子やタオルも忘れずに！具合が悪くなってきたら我慢をせずコーチやお当番の方に早めに声をかけましょう。暑い中での練習では、具合が悪くなる子どもでできます。場合によってはお迎えにきていただくこともあります。

※保護者の方は、お子様の練習時間中は必ず連絡がとれるようにしておいてください。

※熱中症予防で注意する点については、日本スポーツ協会が公開している「熱中症を防ごう」も是非ご確認ください。

（参考URL）<https://www.japan-sports.or.jp/medicine/heatstroke/tabid523.html>

熱中症予防5カ条



1. 暑いとき、無理な運動は事故のもと
2. 急な暑さに要注意
3. 失われる水と塩分を取り戻そう
4. 薄着スタイルでさわやかに
5. 体調不良は事故のもと

自転車のマナー



自転車はルールを守って乗りましょう。

- 左側を走りましょう
- 横に並んで走ってはいけません
- おしゃべりに夢中になると危ないよ
- スピードは出しすぎないこと

※一小での活動に部員が自転車で来ることはNGです

保護者の皆様へのお願い

自転車での引率は大変だと思いますが、声掛けをどうぞよろしくお願いいたします。ご家庭でも、今一度自転車のルールのご確認をお願いします。

6月新入部員

女子部：2名 ※6月30日現在



令和6年度6月試合結果

マロンテラスカップ		
3年	高山SC	0-2
4年	三鷹五小SC	1-2

9ブロック		
5年	三菱養和	0-6
5年	高山SC	0-3
5年	武蔵野一小	0-2

東部大会		
2年	三鷹五小SC	0-6
2年	FC北野	0-3
2年	高山SC	1-0



ご不明な点がありましたら
運営までお問い合わせ下さい

