

◆年末年始のおやすみお知らせ

12月28日(土)から1月5日(日)までおやすみ。1月6日(月)から通常営業となります。
 ◆令和2年春に、高知市御座に「ニューMAX」が誕生します。と言いましても、スタジオが移転するわけではありませんので、堺町へ引き続きお越しください。詳細は、徐々にアップします！



【成長期の運動スポーツの社会問題 vol.3-2 保護者の過度の介入】

前回、子どものスポーツに保護者が過度の介入をしていることが問題と書きました。これにより大人社会の考え方が、子どもの教育や運動スポーツ活動に影響を与えることになっています。スポーツ少年団が成果主義と勝利主義になりがちになっているのは、このあたりの現状を理解していないひとが指導するので、たくさんのおこったりと、悪循環になっていく。子どもたちの成長には個人差があるので、練習もオーバーワークになり、あり得ないケガをする子どもも増えています。親が主役ではなく、子どもが主役。そうならないためにも、親は試合の結果や内容にとやかく言うのではなく、良かったところを認めてあげ、背中を押してあげることが大切です。

●友永 恵大 【友永の旅飯vol.8 東京都編】

今回のご当地グルメは東京都編！港区にあるつけ麺専門店、【三田製麺所】に行ってきました。といっても全国展開しているようで、東京だけでなく大阪や広島などでも食べれるようです。

看板メニューのつけ麺ももちろんいただきましたが、僕が感動したのは大人気サイドメニューの自家製鶏唐揚げ！衣がカリカリで、揚げたてをハフハフしながら食べました。箸で挟めば滴り落ちるほどの肉汁で、満足のボリューム！お店が唐揚げを推してるのも納得です(笑)

また、このお店の嬉しいところはつけ麺並(200g)、中(300g)、大(400g)が同一料金！美味しくお腹もいっぱい、大満足でした。県外遠征の際、見つけたらまた是非行ってみたいと思います(^)



●池内 千尋 【ちひろの毎日麺類vol.20】

本格的に寒くなってきましたね。一時頑張っていた自転車通勤も封印し、その割に食べてばかりで危機を感じています。笑

先日は大橋通近くにある【鶏と魚】へ。以前ヤシパークにあったお店が、名前を変えて数年前に高知市に移転したようです。塩・醤油が定番なようですが、今回はここで【台湾まぜそば】を。

麺が珍しい平打ち麺で、モチモチしており、辛みそとよく絡みます。かつおの風味や玉ねぎの辛味、シャキシャキ感など、こだわった一杯で、全く出会ったことのないタイプでした。辛さはそんなに強くないですが、苦手な人にとったら辛いかな？というくらい。とっても美味でした！休日限定で、鴨出汁ラーメンや、白湯麺などもあるようで、ぜひまた食してみたいと思います！



●鈴木 秀司 【コラムvol.144 ついに29段クリア！】

12月8日にイオンモール岡山にて、日本一跳び箱決定戦ジャンピングMAX2019が開催されました。そして3年ぶりに大人男性に新記録が誕生しました！

記録は29段(高さ3m10cm)。よく跳び箱の高さで例えられるのが電話ボックス。これは2m26cm。例えにならない(笑)バスケットゴールが3m05cmなので、それをクリアする感じです。写真の通り、もはや跳び箱ではなく、建物です(笑)

クリアした大山大和選手は、モンスタースターボックス世界記録保持者で、ついにジャンピングMAX記録保持者にも名を連ねました。そして、次は完全制覇の30段。機会があったら、高知に来てパフォーマンスをしてもらいたいですね。



●飯田 裕翔 【裕翔の温泉巡りvol.3】

先日は香南市野市町にある、「黒潮温泉 龍馬の湯」へ行ってきました！ここは24時まで営業しているので、遅い時間からでも行けちゃうのがありがたいです。

そんなに大きい温泉ではないですが、中にはテレビ付きサウナも露天風呂もあり、僕の外せないポイントもしっかりおさえています。

泉温が39.1℃と、他の温泉に比べたら多少ぬるくも感じますが、ゆっくりつかってものぼせることなく、しっかり体の疲れをとることが出来ました。何より嬉しいのは、人が少ないところ(笑)

さらに僕は入ったことないのですが、ご家族やカップルにおすすめの貸切風呂もあるそうで。この季節の温泉は、本当に最高です。市内からも30分くらいなので、ぜひ行ってみてください！



SPORTS MAX
 Instagram



【SPORTS MAX LINE】

イベント情報や、運動脳力向上に関する情報などお知らせしています。



生徒募集中！

紹介者にはスポーツマックス赤Tシャツをプレゼント。入会者は入会金無料！