

【新入社員が仲間入りしました】

今月15日より、新入社員として仲間が加わりましたのでお知らせです。
1日でも早く活躍が出来るようにしていきますので、よろしくお願い致します。

【久保源太(くぼげんた)】

- ・1998年生まれ、22歳
- ・大阪府出身
- ・大阪体育大学・体育学部・健康スポーツマネジメント学科卒業
- ・NESTA キッズコーディネーショントレーナー取得
- ・競技歴:陸上(棒高跳び)
- ・本人より:持ち前の明るさを活かし、子ども達にスポーツの楽しさややりがいを伝えていきたいと思っておりますのでよろしくお願い致します！高知県には人生で初めて来ました。自然が大好きで、釣りが趣味です。おすすめの釣りスポットや、情報教えていただけると嬉しいです！よろしくお願い致します。



●千賀一輝【かずき初めての一人暮らしvol.2】

高知に来てはやくも2ヶ月が経ちました！こつこつ物を増やし、改造していた僕の秘密基地ですが、かなり完成に近くなってきております。元々DIYが好きだったので、鍵立てや壁の防音材は自分で作りました！照明も少しこだわって、自分でもなかなかこだわった部屋になっております。今は壁紙を変えてみようかとも考えていますので、今後の変化をぜひ楽しみにしてください！

最近では趣味が散歩になって、よく鏡川周辺を夜に歩いたりしてます。高知の川は大阪の川よりはるかに綺麗で、歩いているだけですごく気持ちが良いです。皆さんも運動がてら、散歩に行ってみてください！夕方以降だったら僕とすれ違いかもかもしれません笑



●友永 恵大【友永の旅飯vol.26 高知市編】

今回はスイーツをご紹介します。大津の国道と県道を結ぶ道沿いにあるケーキ屋さん「パティスリー アプレシエ」。

焼き菓子の美味しそうな香りが漂う店内には、数々の賞を受賞されているようでトロフィーや賞状がたくさん飾られていました。ショーケース内には季節の果実をふんだんに使ったケーキから、定番のショートケーキやモンブラン、和スイーツまで種類豊富にあり。とっても悩みましたが今回購入したのは、ティラミスとチーズケーキ！濃厚ながらも上品な甘さ食べやすく、とても美味しかったです。店員さんもお勧めを教えてください、梱包も丁寧で素晴らしい接客でした。ぜひ近くまで行くことがあれば、立ち寄ってみてください！



●鈴木秀司【昔の人は偉い！ コラムvol.162】

先日、とある幼稚園にて写真の物を器具庫から発見しました。何か分かりますか？これ、タイヤを1/4に切ったもので、シーソーになります(写真の置き方は反対ですが)。きっと40年以上前の物だと思います。

タイミング良く跳び箱のレッスンをしていたので、これを活用しました。覚えていませんか？幼稚園・保育園の園庭にタイヤが半分埋まっていた「あれ」です。

跳び箱が難しい子は、前に跳べないんですね。しかし、あのタイヤを乗り越えることで、前に跳べるようになります。昔の人はきっと跳び箱をクリアするために作ったのではなく、廃タイヤを遊び道具にと考えて、あのようなタイヤ跳びを考えついたのだと思います。まさに昔の人は偉い！遊ぶことで楽しいと運動神経を向上させることができる、学びが多い道具です。



●池内 千尋【ちひろの毎日麺類vol.37】

先日、越知町にある人気店【麺や倉橋】に行ってきました。平日、休日問わずいつ見ても行列です。私が食べたのは看板メニューの「汁なし担々麺」！上の肉味噌は結構赤いかなと思ったのですが、温泉卵でマイルドになることもあり、辛さは弱めながらも本格的な味でした。よく混ぜて食べることで、もちもちの麺にしっかり味が絡みとても美味しかったです。汁なし担々麺やまぜそばといえば、麺を食べ終わった後はやはり追い飯！濃いめのタレでご飯が進みます。メニューはほかにも、汁ありの担々麺や坦々つけ麺など、魅力的なものがたくさんでした。わざわざ越知町まで食べに行きたい美味しさです。辛さのないメニューもあったので、ぜひご家族どうぞ(-)！



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！