

【この冬休みに苦手を克服し、得意をもっと伸ばそうそう！ 冬休み短期スポーツ教室開催】

- ① 幼児12月21日から24日、10時からトランポリン・跳び箱、11時からトランポリン・鉄棒
- ② 幼児1月5日から7日、10時からトランポリン・跳び箱
- ③ 小学生1月5日から7日、11時からトランポリン・跳び箱 ※申込はスポーツマックスHP、またはスタッフまで

【レーザーガンを使った新しいイベント バトルMAX(仮称)を企画しています】

親子で楽しめるイベントとして、テレビ逃走中のMAXバージョン「ハンターMAX」を夏に行っていました。接触することを考えると難しい。そこで、赤外線を使ったレーザーガン(もちろん体に害もなく、おもちゃの光線銃・・・それとも違うか笑)で敵と戦うバトルMAXを企画しています。何回かシミュレーションをしたのですが、大人でもめちゃめちゃ楽しめる。親子でできる安全なサバゲーみたいな感じでしょか。また詳細をお知らせしていきますので、お楽しみに！

●千賀 一輝【かずき初めての一人暮らしvol.8】

高知に来て約9か月。どこかへ出かけるときはレンタカーなどで乗り切ってきましたが、先日とうとう車を買いました！初のマイカーということもあり、何を買うのかも含めて、買うのに勇気がかかなり必要でした笑。これからはこの車に乗って、キャンプや釣りなど、行動範囲を広げていきたいです！最近僕がハマっているのは、全く知らない人がいるフリマなどについて、交流を広げることです笑。高知に知り合いはまだあまりいないので、コミュニティをどんどん広げていきたいと思います！



●久保 源太【源太の料理成長日記vol.6】

お洒落な料理に挑戦したくなり、今回はパエリアを作ってみました！スーパーでイカ、アサリ、エビなどの魚介類、そしてパエリアに欠かせない「サフラン」という香辛料を購入し早速調理開始。レシピを見ながら順調に進めていき、サフランを投入しようとしたときにビンを開けると、めちゃくちゃ少ない事に驚きました笑。そして完成！えびに殻がついてた方が映えたな〜とか思いつつも食べるのが楽なのでおっけ！笑 味は魚介の味がお米に染みて、思っていたパエリアの味に！でもちょっとサフラン入れすぎたかもです…笑 お洒落な料理を作れて、少し成長を感じました！



●友永 恵大【友永の旅飯vol. 32 香北町編】

先日、タイ風ココナッツカレーがとても美味しいと噂を聞き、香北町にある『山の食堂 Hana』に行ってきました。龍河洞から車で10分ほど進んだ先にある、隠れ家的なお店です。野菜の彩りが綺麗で見た目も楽しめ、野菜の旨味や、スパイスが効いていてとても美味しかったです。屋外にはテーブル席もあり、涼しい季節には屋外で食事を楽しむことができます。そして裏庭の池でザリガニ釣りもできるので、お子様も喜ぶはず！こちら完全予約制のため、事前に電話する必要があります。自然を満喫しながら食事を出来る、本当におすすめの場所！是非行ってみたい下さい。



●池内 千尋【ちひろの毎日麺類vol.43】

ファミリーマート限定のカップ麺【ラ王赤タンタン】を食べてみました。パッケージには「バッチリ辛い」との記載があり、ほんとにかよ、と思いつつも手に取ってしまいました。蓋をあけるとごまや唐辛子、花椒の強い香りが。スープには練りごまやすりごまが溶けて、結構どろどろしていました。別添のラー油を入れると、辛さやシビレがしっかり効いて、激辛とは言えないものの確かにちゃんと辛かったです。また、タテ型カップ麺にしてはめずらしく麺がノンフライ麺で、食感も良く美味しかったです。今年も辛いものばかり食べてたので、激辛耐性がさらについた気がします。



●鈴木秀司【ナイトレースのワクワクドキドキは人を成長させる コラムvol. 168】

世の中が落ち着いている間、子どもたちに楽しんでもらえるように、11月下旬から12月初旬まで3週連続でイベントを開催。そのひとつ、暗闇をキックバイクで走る「ナイトMAXライダー」をやってみたところかなりカッコよかった！暗闇と言っても、投光器の明かりでコースを照らしたり、電光矢印板を使ってそこを子どもたちが駆け抜けていく！中には写真のように「MAXライダー」とデコってくれたり、バイクをLEDライトで光らせたり、絶対に保護者のほうが楽しんでる！という光景が嬉しかった。何よりも、きっと子どもたちはこの暗闇のコースをワクワクドキドキ走ったことだと思います。人が成長するとき、それはワクワクドキドキしているとき！また、ワクワクを仕掛けていきたいと思っています。



SPORTS MAX



【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！