気、快！新感覚スポーツ

新感覚のスポーツは、ストてこいの〝粒ぞろい〟ばいろあるもんです。

女

かけ、さぁスタート。足のアクセルと左足のブレーキ、それにハンドル操作。車の免許を持っていない人でも簡単です。

車と違って車高が4㌢と低く、むき出しになったシートでの体感速度は、実際の3倍以上。300㌔の体感速度も味わえるとか。

「怖かったらアクセルを離して、ブレーキを踏めば大丈夫。アクセル全開でコースをぶっとばす爽快感は最高」と内原さん。

吉川さんも「ぶつかっても全然痛くないし、スカッとして気持ちよかった！」と満足そうでした。

※K's GARAGE☎06(840)0560火曜休み。体験走行5000円（税込み）。要予約。

規制だらけの世の中では考えられない…ピード感です

北摂

チャンバラ	スポーツチャンバラ吹田支部☎06(385)0001▷吹田市立武道館洗心館（吹田市山田北2ノ1）	毎火曜の午後7時～9時	入会金3000円、月会費3000円
	スポーツチャンバラ弘武館☎06(328)3302▷弘武館・豊新道場（大阪市東淀川区豊新5ノ2ノ28）	毎金曜の午後8時～9時	入会金4000円、月会費3000円

京阪

チャンバラ	守口スポーツチャンバラ教室☎06(997)5428の小林清美さん▷錦公民館（守口市寺方本通3ノ28）	第2・4土曜の午後5時30分～7時30分。※入会前提の体験が可能	入会無料。月会費1000円（保険込み）▷対象＝小・中学生のみ
	アトラス スポーツチャンバラ教室枚方☎0720(67)9867の鈴木勝也さん▷枚方企業団地センター2階（枚方市東山2―46―1）	月曜の午後5時～6時30分。祝日は休み。※無料1日体験可	入会金2000円（保険込み）月会費5000円、小太刀代6000円ほど必要

リビング北大阪

チャンバラ	スポーツチャンバラ吹田支部☎06(385)0001▷吹田市立武道館洗心館（吹田市山田北2ノ1）	毎週火曜の19時～21時	入会金3000円、月会費3000円

スポーツチャンバラ

とっさの護身術にも

プラスチック製の芯にスポンジを巻いた小太刀などを使って打ち合う「スポーツチャンバラ」が老若男女を問わず人気上昇中。

もともとは「小太刀護身道」という身を守るための武道とか。ミットに向かっての打ち込みなどのほかにも、とっさの時に身を守れるようにと、ハイヒールや鞄、週刊誌、傘などを使っての急所攻撃の練習も行っています。

「中年になると衰えてくる反射神経が養われるなどの効果があり、なんといっても気分発散できるのが主婦には人気のよう」と兵庫県スポーツチャンバラ協会会長の村田博典さん。

※問い合わせは☎0792(22)2991の村田さん。

▲一部の小学校の授業で取り入れられるという動きも

名神ライミング

バランスと足さばき

自治会のオキテ

ルド（把手）をよじ登るスポーツ。「腕力だけで登ろうとせず、バランスと足さばきで登るのがコツ。いかにパワーをセーブして登るかが、面白いんです」と日本フリークライミング協会副理事の林照茂さん。

兵庫・但馬地域で開かれている「但馬・理想の都の祭典」で6月30日まで、日本最長の横移動の人工壁（長さ31・3㍍、高さ2・5㍍）が展示されます。兵庫県立丹波年輪の里の岡田茂さんは「危険がないので、脳内出血や痴ほう症の方のリハビリにも効果があるのでは」と話します。

※但馬・理想の都の祭典大但馬展実行委員会。☎0796(26)1361

Q1 あなたの町に自治会（町内会）がありますか？ ある場合、加入していますか？

Q2 加入は任意？強制？

Q3 役員の選出方法と任期は？ 幹部、役員それぞれに答えてください（例・幹部＝推薦、1年▽役員＝順番、半年など）

Q4 日常の活動（夏祭り、バザーなど）は？ また、どの程度参加していますか？（例・準備は役員のみなど、具体的に）

Q5 町内の清掃など、全員参加の活動がありますか？ それは年間何回で実施日と時間は？

Q6 近所の冠婚葬祭のときハガキに答えと住所（〒）、に、手伝うことが自治会で義務になっていますか？ もしあれば具体的に

Q7 他に規則があれば教えて

Q8 会費はいくら？ また使い方は？

Q9 自治会に思うことは？

ボクササイズ

肩こり、ダイエットに効果あり!?

あるボクサーの奥さんが「何をやっても痩せない」と、元世界ジュニア級7位の三迫正廣さんに本ボクササイズ協会に減量方法を指導したのが始まりとか。ササイズ。

激しい打ち合いは、クシングと違い、解消・体力増強・シェイプアップを目的とします。肩こりやダイエットには効果てきめんとか。「インド旅行中、危うく襲

リビング新聞は、仙台から熊本まで全国47エリア、合計729万部をネットワークしています。