

市立浦和高校 同窓会だより

発行
さいたま市立浦和高等学校同窓会
さいたま市浦和区元町1-28-17
TEL (048)887-8441
印刷 望月印刷株式会社
TEL (048)840-2111(代)

感染症対策の時期も乗り越え、やっと通常通りの総会・講演会を企画することができるようになりました。ぜひ皆さん奮ってご参加ください。

今年度の講演会には、市高卒業生で現在はトレ

ーナーの仕事や世界選手権などの大会に出場した経験もあって、コーチをしながらトレーナーを目指して、資格を取りました。シンクロチームや水泳チーム、他にもJリーグチームのトレーナーとしても帯同していたことがあります。

マッサージ師の資格を取得して、ケガや故障などマイナスの状態から、ゼロに戻すサポーターとしてきました。様々な人のからだに触れる中で患者さん本人がセルフケアに取り組むことが、多くの不調を改善するとわかりました。

ぜひ講演会にご参加いただく皆さんには、からだのイメージしながら、じぶんのからだをたくさん触っていただきたいと思えます。触るといふセルフチェックがそのままセルフケアになり、

令和5年度総会と講演会のお知らせ 9月10日(日)

自分のからだをもっと知って セルフケアを取り入れて健康に過ごしましょう!

〈会場〉中学校コミュニティホール 〈時間〉総会 午前10:00~
講演会 午前11:00~

今回講演していただく、大金ユリカさん(昭和61年卒業)にお話を伺いました。
「現在ほどのようなお仕事をされているのですか?」
(公財)日本スポーツ協会公認アスレティック・トレーナーとして、アスリートやアテリストをはじめ、いろいろな方からだと健康をサポートしています。
「オリンピック選手などのトップアスリートのトレーナーとしてサポートもされていたそうですね?」
はい。私がシンクロナイズド・スイミング(現在アスリート)の日本代表として、ワ



「シンクロを始めたきっかけは何ですか?」
姉の影響で小学校5年生の時に始めました。東京から出向の先生に教わっていたこともあって、中学2年生の秋から東京のクラブに通っていました。市高在学中は放課後に練習に行き、夜北浦和駅に戻ってきた時に、部活帰りのサッカー部の男子たちとすれ違うような毎日でしたね。国体ではデュエット競技に3年連続で出場して、毎年壮行会で送り出してもらっていたのを思い出します。
「トップアスリートの経験があるからこそ、からだへの想いも強いんですね。」

「マッサージ師の資格を取得して、ケガや故障などマイナスの状態から、ゼロに戻すサポーターとしてきました。様々な人のからだに触れる中で患者さん本人がセルフケアに取り組むことが、多くの不調を改善するとわかりました。」

「ぜひ講演会にご参加いただく皆さんには、からだのイメージしながら、じぶんのからだをたくさん触っていただきたいと思えます。触るといふセルフチェックがそのままセルフケアになり、健康につながります。」



『同窓会だより』が ホームページで閲覧できます

同窓会ホームページにて、『同窓会だより』を閲覧できるようにアップします。今後、過去の同窓会だよりもアップしていく予定です。

パスワードによるセキュリティを設けていますので、閲覧の際は下記のパスワードを入力してください。

同窓会ホームページ <https://4kou.jp/>

『同窓会だより』閲覧ページの
パスワード **[4kou.jp]**

同窓会専用ダイヤルはこちらです。担当の同窓会役員が対応します。

専用ダイヤルTEL
048-887-8441



〈同窓会 HP〉

「自身を「からだマニア」と話す大金ユリカさんと一緒に、今まで知らなかったじぶんのからだのことを知り、安全にできるセルフケアを学ぶ機会になればと思います。」
文責 原武 好文(平成12年卒業)

〈〈総会・講演会 同日開催〉〉

『第2回 同窓会代表者会議&意見交換会』

令和5年9月10日(日) ※総会・講演会終了後

〈時間〉午後1:00~(1時間程度を予定) 〈会場〉中学校コミュニティホール

同窓会では、卒業生の皆さんが企画する「同期会」や「クラス会」の開催のため、開催情報の掲載や、名簿の提供を行ってサポートしています。

コロナ禍以降、今後さらに同期会を企画される幹事の方も増えてくることと思えます。

「部活」など、単位は問いません。
市高のつながりの集まりをこれから企画してみたいと思っている、話を聞いただけでも参考に聞いてみたいなど、未来の「幹事候補」の方々と、過去に同期会を主催した経験がある、クラス会の中心的存在である、「幹事経

「学年全体」「クラス」

また、今後さらに同期会の開催を活発に行ってもらうため、今年度総会に提案予定の内容ですが、**同期会開催時に補助金を提供するシステム**を新たに取入れる予定です。事前申請や「同期会レポート」の提出などの手続きがありますので、詳細は総会の内容をご確認ください。

当日会場へのご出席が難しい方は、ZOOMなどのリモート参加も対応します。事前に左記のメールアドレスまでご連絡ください。
info@4kou.jp
皆さんのご参加をお待ちしております。

目次

令和5年度総会・講演会のお知らせ	1
代表幹事会開催について	1
学校長・同窓会長挨拶	2
懐かしの先生はいま	2
同期会レポート	3
「第一回同窓会代表者会議&意見交換会」を終えて	3
母校より	4
同窓会役員一覧	4
中学校だより	6
ご寄付のお礼と報告	7
同窓会の皆様へ	7
「母校と私」-その13	8
令和4年度総会・講演会レポート	8
掲示板・編集後記	8