



びーとばん

左近山

12月号

入会案内・レッスン内容・イベント情報・選手大会速報などなど…

報徳の色々な情報満載！今すぐチェック！！



<http://www.sp-houtoku.com>

- ◆ ホウトクからのお知らせ ◆ 特別コラム◆
- ◆ 進級者一覧表 ◆ ◆月刊ヘルパーくん◆
- ◆級別ランキング◆ ◆ フロントからのお願い ◆
- ◆ イベントのお知らせ ◆ ◆ 美容と健康のコラム ◆

- ◆ 来月号発行予定日 : 平成31年 1月8日(火) ◆



スポーツライフコミュニケイト
No 258
発行所 横浜市保土ヶ谷区今井町大久保 448-6
スポーツプラザ報徳 左近山

発行日 平成30年12月8日



平成最後に
スイミング始めませんか？

スイムライフキャンペーン

12/01 (土) ~ 12/29 (土)

「泳ぐ」から「リハビリ」まで、
お客様に合った教室が必ず見つかる！
「泳ぎたい方」
シニア・成人・成人ナイト
「運動やシェイプアップしたい方」
水中運動・アクアシェイプ・ウォーキング

- ①入会金100%OFF！
②入会月会費1ヶ月OFF！
③スイムキャップ(黒)プレゼント！
④スイムタオルプレゼント！(選べる9色)
⑤プライベートレッスン券(30分)プレゼント！
⑥教室無料参加券プレゼント！
※入会者特典は1月入会まで※

随時体験受付中!!

〒240-0035 横浜市保土ヶ谷区今井町大久保448-6

スポーツプラザ報徳 左近山 TEL045-351-6670

冬休み補習授業 会員短期水泳教室

会員のお子様も、さらなる進級を目指してがんばりましょう！

驚きの会員価格！

2,000円(税込)

※会員様は、全ての割引特典が
対象外となります。

詳細は「冬休み短期教室チラシ」を
ご参考ください！！

SPN
スポーツプラザ報徳

店長のおすすめ

クラス名	日 程	定員
第1期 Aクラス	12月25日(火)~27日(木)	定員になり次第 終了となります

時 間：8時45分～10時00分

【イベント情報】

去年開催できなかったスキーイベントが帰ってきました！

スキーが初めての子大歓迎！！午前も午後もインストラクターについてもらうので、安心です。

お友達も誘ってみんなでスキーが出来るようになっちゃおう！

午前も午後もスキー教室で
安心してやったことが
なきゃも大丈夫ーー
教えてもらえるーー



ゲレンデへいこう！
スキーツアーニュー！
1/13(水) 2019

場所	カムイみさかスキー場 山梨県笛吹市
対象	小学生以上 (会員・非会員)
参加費	会員／¥13,500(昼食付) 非会員／¥14,500(昼食付)
持ち物	スキー用エア・グローブ・ ゴーグル・帽子・着替え一式・ おやつ・おこづかい
定員	23名
締切	1月5日(土)
行程	6:45 集合 9:30 スキー場到着 10:00 スキー教室開始 12:00 昼食 13:00 スキー教室開始 15:30 スキー場出発 18:00 スクール到着(予定)

スキーは初めてという方に・・・
レンタルもできます
スキー用エア：¥1,080
ゴーグル：¥540
グローブ：¥540

ホウトク 30周年 感謝企画！

コーヒー販売

スズアコーヒー監修



スポーツプラザ報徳30周年の感謝を込めて、
地元小田原の老舗コーヒー店『スズアコーヒー店』とのコラ
ボレーション！！スポーツと相性の良いコーヒー、挽きたて
新鮮な自家焙煎の「ホウトクオリジナルブレンド」を
ぜひ味わってください。

体に 良い コーヒー

脳の活性化
心機能の活性化
がんの予防

心に 良い コーヒー

リフレッシュ効果
ストレス解消
うつ病の予防

美容に 良い コーヒー

アンチエイジング
ダイエット効果
美肌効果

運動に 良い コーヒー

集中力向上
運動持続時間増加
筋肉の働きを助ける

【事業者】

株式会社スポーツプラザ報徳
事業部
神奈川県小田原市堀之内 458
TEL:0465-37-4600 FAX:0465-36-4544



【販売元】

株式会社スズアコーヒー店
神奈川県小田原市本町 2-9-22
TEL:0465-22-4561 FAX:0465-22-1269

フロントにて販売中！！！

豆も販売しております、詳しくはフロントまで

ファイテン商品販売始めました

筋肉を緩めるパワーテープ、肩こりに効くネックレスなど、ファイテン商品の販売を始めました。
(写真はその一部です)カタログを見て頂き注文していただけます。
詳しくはフロントまでお越しください。

リピーター続出!
年間1億枚売れています!
チタンパワーテープ

発売以来アスリートから一般まで多くの方の健康を支え続け、
年間累計出荷枚数1億マークを突破したパワーテープシリーズ。
価格のチカラをぜひご体感ください。

「炭化チタン」採用のスタンダードタイプ

手頃な価格で気になる所にどんどん貼れる

1枚あたり
約11円

10マーク

紙箱からテープをはがして貼る



1枚あたり
約22円

50マーク



お得!
1枚あたり
約8円

1000マーク

パワーテープ

100マーク ￥700円
1000マーク ￥7,000円
■内容物/チタンパワーテープ100m(10枚入り)、チタンパワーテープ1000m(100枚入り)
■色: ブラック、グレー、ホワイト
■材質: ポリイミド樹脂
■特長: パワーテープ
■取扱店: フロント、各店舗

1000m ￥1,000円
1000マーク ￥7,000円
■内容物/チタンパワーテープ1000m(10枚入り)、チタンパワーテープ1000m(100枚入り)
■色: ブラック、グレー、ホワイト
■材質: ポリイミド樹脂
■特長: パワーテープ
■取扱店: フロント、各店舗

「アクアチタン X30」採用のハイパワータイプ

ピンポイントにパワーテープ

首元すっきり華やかに

首に



ライン部分
「エクロチタンボール」配合
スポーティなライン模様にラメをあしらうことで、高級感のある華やかなデザインに



手首に



「エクロチタンボール」配合
スポーティなライン模様にラメをあしらうことで、高級感のある華やかなデザインに



遊びゴコロのある2連デザインを足元に

足首に

二重のリングで
差し替えてカッコ



エビビーンカンジ



シャープな印象の
ライン模様に
ラメをあしらうことで
華やかさをプラス



内側表面イメージ
外側表面イメージ

RAKUWA ブレス用
スラッシュラインマタタイプ
￥1,700円

■内容物: ブレス用、スラッシュラインマタ

■色: ブラック/グレー、ブラック/レッド、ホワイト/ホワイト、ホワイト/レッド

■寸法: 15cm、20cm

■取扱店: フロント、各店舗

■特長: パワーテープ

報徳30周年
オリジナルお土産
フロントにて販売中！

ホウトクにきてましょ~



高級さの方は絶頂~



左近山限定
サクマドロップス
1缶 400円

報徳オリジナル
ホウトク
ブレンドコーヒー

200g 1200円

SN スポーツラザホウトク左近山

入口へ

実は恐ろしい「はしか」患者が増加

“免疫空白”的 27～40 歳は要注意！

高熱や発疹等の症状が出る「はしか」患者数が、2017 年は既に前年 1 年間の患者数を上回りました。

3 Lines Summary

- ・“大人世代”に「はしか」患者増加
- ・国際空港は感染リスク高し！
- ・治療法はなく、予防はワクチン接種のみ

重症化すると合併症で死亡も

肺炎	死亡原因に
中耳炎	患者の約5～10%
脳炎	1000例に1例の割合。 死亡原因に
亜急性硬化性 全脳炎	麻しん罹患後、7～15年で発症 知能障害、運動障害が徐々に進行 平均6～9カ月で死亡。10万例に1人

「はしか」＝麻しんのウイルスは、感染力が極めて強く、免疫を持っていない人が接触すると、ほぼ 100% 感染します。しかも、感染すると 100% 発症するという、非常に強力なウイルスです。

「子どもの病気」と思われがちですが、大人も感染します。

麻しんで怖いのは合併症で、命の危険も伴います。30% の患者に合併症がみられ、その 40% が入院を必要とします。その中でも、肺炎と脳炎が、麻しんによる二大死因となり、注意が必要です。大人になってから発症すると重症化しやすいとされ、注意が必要です。

しかし、ある理由によって、近年の発症者は 27～40 歳の「大人世代」に集中しているのです。

7～40 歳は免疫の「空白世代」

麻しん予防の唯一の方法は、ワクチン接種をすることです。ただし、1回接種では十分な免疫がつかないことや、年数を経ると免疫が低下することがあり、2回接種で確実な免疫がつくとされています。麻しんの予防接種は、1978年に定期接種になりましたが、まだ1回接種でした。

2007年夏に麻しんが大流行しますが、患者は10~20代に集中。高校、短大、大学など160校以上が休校しました。そこで、2008~2012年度の5年間に限り、中学1年と高校3年相当年齢の人に2回目のワクチン接種が導入されました(キャッチアップ・キャンペーン)。こうした経緯から、現在の27~40歳は(キャッチアップ・キャンペーンからも外れ)免疫がある人/ない人が混在する"空白世代"になったのです。

空港で集団感染も！

2回接種導入で、2008年には1万人を超えていた麻しん患者数が、2009年以降は数百人に激減。そして2015年WHOから、はしかは「排除状態」にあるという認定を受けました。では、なぜ今、患者数が増えてきたのでしょうか？

多くの海外渡航者が行き来する空港は、最もリスクの高い場所のひとつです。自分は流行国に行っていなくとも、流行国で感染した帰国者からの感染(空気感染・飛沫感染・接触感染)は十分にあり得ます。

関西空港で2016年発生した集団感染では、空港の従業員32人、医療関係者2人、一般客3人の計37人が発症しました。そのうちの1人がコンサート会場に行き、さらに2人が感染しました。

麻しんには治療法はありません。解熱などの対症療法しかないので、ワクチン接種で免疫獲得しておくことが最重要です。"空白世代"をはじめ、1回しか摂取していない人は改めて、ワクチン接種を検討してみて下さい。2回目の接種で、低下した免疫の増強効果も見込めます。

大人が接種する場合は8000円前後の費用がかかります(医療機関によつ

特 ラ 1 今	出生時期	予防接種の有無	免疫	別 コ ム 3 弾 ！ 月 号
	1977年以前の出生	予防接種は任意 ⇒一度も接種していない可能性	自然感染で 免疫獲得が多い	
	1978年~1990年4月1日の出生	1回接種 or 一度も接種していない可能性	免疫あり/なしが混在 ★感染危険度が 最も高い	
	1990年4月2日以降の出生	2回接種する機会があった ※キャッチアップ・キャンペーンあり	免疫獲得可能性高い	

は今田コーチです

こんにちは！12月担当の今田です！すっかり冷え込み寒さが身に染みる季節になりました、
と同時にオシャレが楽しい季節になりました！

皆さんはオシャレをする時はどこからコーディネイトしていきますか？

トップス？パンツ？アウター？僕は勿論、靴から決めます！

前回に引き続き今回も靴についてお話させて頂きます！！

前回のコラムではナイキから発売されている「AIR JORDAN」について書きましたが今回はJORDAN以外のナイキから発売されている靴について書かせて頂きます！

まずは僕がJORDANの次に好きな「エア・フォーム・ポジット」についてです！JORDANとは違い20年間変わらないフォルムでスニーカーファンに愛され続けています。

ちなみにポジットにはポジット・「プロ」とポジット・「ワン」の2種類があり「プロ」は靴側面にスウォッシュマーク（ナイキマーク）があり「ワン」には入っていませんが（「ペニー」

（ペニーとはアンファニー・ハーダウェイの愛称で元NBA選手）のシグネイチャーモデルになっています。



ポジット・ワン・イエロー

次に紹介するのは皆さん一回は聞いたことがあるだろう「エア・フォース・ワン」です。

1982年に誕生したこの靴は本来バスケットシューズとして発売されましたが現代では街歩きのスニーカーとして皆さんに親しまれています、ローカット・ハイカットの2種類展開がありオールホワイト（靴の色が全て白）なのが代表的ですが自分でオリジナルの1足を作る事も出来ます！！

11月16日に発売されたエア・フォース・ワン・ココアスネーク（通称：白蛇）は定価14040円で発売されましたが現在5万近くにプレ値がついています！

ちなみにエア・フォースと似たルナ・フォースと言う靴もあり

エア・フォースよりも軽量化した物がルナ・フォースです。

今回2種類の靴を紹介しましたがこの他にも沢山の靴がナイキから発売されています！

エアマックス、SB、コルテツ、モア・アップテンポ等上げだしたらきりがありません、もちろんレディースサイズもありますのでこの冬はオシャレをしてクリスマス

イベントなどにお出かけしてみてはいかがでしょうか？

白蛇





対象期間

2018年12月～2019年5月

スタンプラリーのカード(台紙)は
12月1日より配布開始!
対象の日曜日は12月2日(日)から!

注意: 「会員」限定企画ですので、一般利用・ご兄弟のご利用はできません。
プール開放時間(12:15～15:00)にご利用された方のみが対象です。



会員および保護者様

F1 コースおよびN1 コース

2018 年 11 月 1 日より

「練習およびテスト振替」見合わせのお知らせ

日頃より当スクールをご利用いただき誠に有難うございます。

さて、現在のF 1 コース（土曜日：8時30分～9時30分）およびですが、当初の予想以上に練習（テスト）振替登録が多く、駐車場が満車の状態が続いております。正規に登録されている方が、練習に参加できない状態等を考慮し、当面の間、下記のコースは練習およびテスト振替を見合わせていただきます。

また、今後の振替再開の改善策として、同時間帯のスクールバス運行および駐車場警備員の増員等を検討し、早急に対応いたします。今しばらくお待ちください。

皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご了承くださいますようお願い申し上げます。

【振替見合わせコース】

F 1 コース（土曜日：8時30分～9時30分）

N 1 コース（日曜日：10時00分～11時00分）