ぶんぶん

2020 WINTER NO.64

Bumbum ■発行：令和２年 12 月 25 日■編集：BumB 東京スポーツ文化館

BumB ではこのような活動をしております。詳しくはホームページをご覧ください。

http://www.ys-tokyobay.co.jp/

新型コロナウイルス感染拡大防止の対応についての取り組み。
当館に入場する際には以下の手順をお守りいただいております。

ご来館のお客様へのお願い

- 3つの密を避けた行動を心掛けて下さい。
- 人と人との間隔は十分とって下さい。
- 必ずマスクを着用し、こまめに手洗い、手指消毒を行って下さい。
- 受付にて「入館申告書」の提出が必要となります。
- 入館口にて検温を行って下さい。
  （37.5℃以上のお客様はご入館いただけません。）
- 体調不良のお客様はご入館いただけません。

BumB あなたの文武両道、応援します！ 東京スポーツ文化館

①

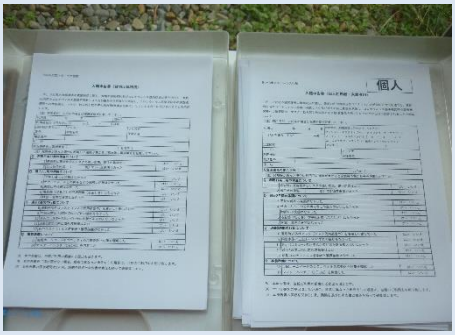
手指消毒

②

検温

入館申請書記入ホテル宿泊者以外全員

③



フットサル以外の団体受付↓

←こちらより新型コロナウイルス感染拡大防止ガイドラインをご覧になれます。最後までスクロールすると入館申請書等をダウンロードでき、事前に記入すると便利です。

④

スポーツ施設受付

フットサル受付

宿泊・文化学習施設受付

ユース・スクエア発表会

オルケスタ★ーベリーズ

11月22日

江戸川区に住み小学生から高校生までの吹奏楽が大好きな子供たちの団体です。目指すのはみんなを笑顔にする音楽！！ですが今年はコロナウイルスの影響で、介護施設や地域でのイベントでの演奏ができなくなった年でした。この度BumBにて久々発表できる機会を得て、改めて心をひとつに合わせて音楽を実感しています。

コンチェルト・クラリッサ

11月23日

都内を中心に活動しているクラリネットアンサンブルの団体。2019年、都内の吹奏楽団のクラリネットパートのメンバー有志にて結成され、平日は仕事をもちながら、週末には福祉施設や地域のイベントなどで演奏をしております。

社会教育事業

親子の江戸東京探検倶楽部　10月4日，11日：江戸の今昔話や落語教室、江戸城散策をリモート講座にて実施。
楽しい科学教室　10月10日、18日、24日：プログラミング講座、古生物講座、宇宙講座をリモート講座にて実施。
子供のお仕事塾 10月18日、25日：元なでしこジャパン選手の話や、お金の講座、夢マップ作りをリモート講座にて実施。
新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から全ての講座を初のリモート実施で行いました。それぞれの講座内容によりリモートへの親和性の違いがあり、若干の不慣れな部分がありましたが概ね好評を得ました。特にパソコン上にて鮮明な画像が見られることや、周りの雰囲気に圧されることが無く質問・意見を積極的に発することが良い点として認識できました。また、外出しづらい環境において自宅で講座を受けられる手軽さに対しての高評価もいただいております。今後リモート講座に対し研究を重ねより良いプログラムを提供出来るように努めてまいります。

フットサルプラザBumB

フットサルコートでは、定期的に２歳～5 歳のお子様を対象としたダッシュバイクレースを開催しております。
ダッシュバイクは、ペダル、ブレーキ、補助輪がなく自分の足で地面を蹴って前へ進む新しい自転車です。
ダッシュバイクレースでは、子ども達のチャレンジ精神・やる気・集中力を楽しさの中から引き出し、親子はもちろんのこと、子ども同士でのコミュニケーション機会を増やすことで、子ども達の心と身体の更なる成長に繋がるように心掛けております。

DASH BIKE RACE

・まずは『やってみよう！！』という、チャレンジ精神
・今度はもっと早く走りたいという、やる気
・レース内での集中力

子ども達が普段なかなか体験できない達成感や感動を親子で共感しましょう！
レース前には２歳･3 歳クラス【親子体操】、４歳･5 歳クラス【走り方教室】を開催しています。
レースの休憩時間には、お父さん、お母さんもお子様のバイクを使用してレース体験を行なっています。
イベント最後には、様々な表彰や全員参加のじゃんけん大会も行なっております。
毎回、参加者の方からは【家族で楽しめたイベントでした。また参加したいと思います。】
【子どもの楽しむ姿を見られてよかった、定期的に開催してほしいです】等の嬉しいお声を頂いております。今後もアットホームな雰囲気で家族揃って楽しめるイベントを目指し開催していきたいと思います。

皆様が安全に施設をご利用いただけることを第一とした運営にスタッフ一同努めてまいります。感染防止対策につきましては、原則として一般社団法人 日本フィットネス産業協会（FIA）が定めたガイドラインに準拠して運営いたします。

安心してご利用くださいませ。

Sports

■感染防止対策（1ページでご案内の対策以外に）
・クリーンタイムを設け館内の各所の清掃、消毒、換気を行います
・スタッフもマスク、フェイスシールドなど飛沫防止対策を行います
・スタッフは出社前に検温や体調確認を徹底し、体調が優れない場合はお休みさせていただきます
・受付カウンターに対面シールド（飛沫感染防止パーテーション）などを設置しております

■筋力･有酸素トレーニング
☑重さを軽く
☑回数を少なく
☑セット数を少なく
☑インターバルを長めに
☑速度はゆっくり
☑傾斜は緩やかに
☑運動時間を短く

■スタジオ･プール
☑ウエイトは軽く
☑動きを小さく
☑移動は小さく
☑呼吸は余裕をもつ
☑会話は控えめに
☑遊泳以外はマスク
☑お互い距離を保つ

■２５Mプール
レッスンに参加しませんか？
３０分３３０円でプールレッスンが受講できます。
火曜日　10:00～10:30　初級
　　10:30～11:00　中級
木曜日　10:00～10:30クロ･背
　　10:30～11:00平･バタ
※別途プール利用料がかかります

♪ お勧めランチメニュー

※料金は税込表示

手ごねハンバーグ　950円

大きなえびフライ　980円

パスタ アマトリチャーナ　760円

フットサルプラザBumB

個人参加

所属チームはないけど、ﾌﾟﾚｰしたい！
そんな方は一度ご参加ください♪

ビギナーJOIN ＆ オーバー30 JOIN

開催：毎週日曜日 9:00～11:00

☆隔週交互開催　参加費：¥1,500+税

キッズ運動

苦手でも大丈夫♪
楽しくコーチがサポレートます！

- **ちょっとのコツでもっと速く！**

「走り方教室」

- **苦手も得意に！オリジナルプログラム**

「ヘキサスロン」

（運動能力向上プログラム）」

＊全教室の開催日時、および詳細は随時 HP にてお知らせしています。お問い合わせください。

フットサル大会

FUTSAL

12月26日　11:00～15:00

「蹴り納め大会」

2020年蹴り納めはぜひフットサルプラザ BumB の大会で♪
詳細は、HP にて！

お申込・お問合せは・・
フットサルプラザ BumB
〒136-0081 東京都江東区夢の島 2-1-3
TEL＆FAX　03-3521-3471【10:00～22:00】

◆◆編集発行◆◆　BumB 東京スポーツ文化館　〒136-0081　江東区夢の島 2-1-3
TEL:03-3521-7321(代) FAX：03-3521-3506　http://www.ys-tokyobay.co.jp