

とても明るく、バイタリティのある長岡先生（右から2番目）。コーチのみなさんと共に。「みんな体操が好きなんですよ〜」↓



2メートル以上の跳び箱を、華麗に飛び越える。現在の筋肉番付にも出場しては？と聞くと「一発勝負ならOK。でも1段階ずつ増え、飛び続けていく番組の方法だと、この高さになる前に体力を消耗してしまうんです（笑）」↓



自分だからこそ伝えられる体操の面白さ・楽しさがあると思ひ、クラブ設立のため、幼児教育や運動生理学も

な気がして。

そんなよくわかる、

は子供達に体操を教えている…不思議です。でも不得意を克服した僕だからこそ、運動の苦手な子の気持ちもわかるし、体を動かす喜びも



↑体をあずける体操においては、お互いのコミュニケーションも重要な経験から人生を乗り越えていける力が

小さい頃から運動は得意でしたか？

いやあ、少し太っていたので6年生まで逆上がりも出来ませんでした。なのに、中学・高校ではバック転が出来ればモテるかな、と体操部に入部（笑）。そんな僕が、いまでは子供達に体操を教えている…不思議です。でも不得意を克服した僕だからこそ、運動の苦手な子の気持ちもわかるし、体を動かす喜びもよくわかる、

のアルバイトをしていて、

この子供たちにはやられて、「先生やったら飛べるやろ」と。それで持ち前のチャレンジ精神に火がつき、応募したら優勝（笑）。この経験が、自分のクラブを持つという夢につながったのかも。



↑小さなケガはつきものだが、「ケガをしないような動き」を考え出すと、ひとつ成長する

もう10年前になります、

勝ち抜いた経験があるのか

跳び箱を18段飛ばれて、優勝された経験があるのか

学び、知識を身につけました。「長岡体操クラブ」のモットーは？

運動が苦手とか自信がないとか、そういう子供たち、大歓迎なんです。大きな大会でいい成績を残す子もいますが、その結果より、頑張ったことや苦手を乗り越えたことを評価してあげたい。でんぐり返りや逆上がりが出来なくてもいい、出来るように努力することの素晴らしさをここで体験して欲しいんです。ある日、突然出来るようになります、これは子供にとって大きな自信になる。そんな小さな経験をから人生を乗り越えていける力が



↑「体操がが」たそは、この子供健康を基本、楽しいものは、柔らかな動き「楽しいものは、柔らかな動き」

越える力と知恵を教えてあげたい…なんて、カッコよすぎますね（笑）。



体操教室の各コース無料体験も受付中！ TEL.075-954-1230



“あきらめない心”を育ててあげたい

長岡体操クラブ 主宰 長岡 隆信さん (長岡京市)

5年目を迎えた「長岡体操クラブ」では、2歳～中学クラス約350名の子供たちが、鉄棒・トランポリン・マット・跳び箱などの体操器具を使って、元気いっぱい汗を流しています。主宰の長岡隆信さんが、体操を通して子供達に教えたいものとは？