

ずしスポ推だより

第10号

関東スポーツ推進委員大会

神奈川県民ホールを主会場に六月七日(金)・八日(土)、関東甲信地区から約2,000名のスポーツ推進委員が集まりました。逗子市からは大会スタッフとして酒井会長以下4名と一般参加者4名、スポーツ課の中川係長が参加しました。

アトラクションの横浜消防音楽隊と相模国飯山白龍太鼓の躍動感あふれる演目の後、20年かけて銅から銀へと題された横浜出身の山本博さんの基調講演が大変素晴らしかったです。

中一の時アーチェリーに出会い、マイナー競技故の球拾いならぬ矢拾いもなく初めから射る事が出来て、毎日練習をする毎に大好きになっていった事や、横浜高校で愛甲選手と同期で自分はインターハイに3連覇したにもかかわらず少しも目立たなかった事などユーモアあふれるエピソードを交え語られました。そして日体大3年の時、ロサンゼルス五輪で個人銅メダル、その後も教師とアーチェリーを両立させながら20年後のアテネ五輪で個人銀メダルを獲得し、今も現役選手として活躍中です。

自分にとってアーチェリーは究極の遊びであり趣味であると話される姿はテレビで時折拝見する気さくな人柄が窺われ、あつという間の一時間半でした。

翌日私達4名は第三分科会の山下公

園からの横浜の歴史と文化探訪ウォーキングに参加し、二日間の大会日程を終了しました。

体育指導委員となり29年以上が経ちそろそろ引退と考えている折、県内29名の関東スポーツ推進委員会表彰者の一員に加えて頂き、大変嬉しく感謝しております。

(山の根 山上 和子)



第54回全国スポーツ推進委員研究協議会

十一月二十一日(木)・二十二日(金)の二日間、和歌山市和歌山ビッグホテルで開催され、逗子からは3名(酒井・相川・岩下)が参加しました。初日は全体会(表彰式・講演など)、二日目は分科会が行われました。

講演では和歌山県出身の元福岡ソフトバンクホークス内野手の小久保裕紀氏による「瞬に生きる」と題した、野球を始

めた少年時代から全日本の監督になるまでを、お話しされました。

(山の根 酒井博)

県スポーツ推進委員研修会

十一月二十三日(祝)晴天の素晴らしい日、横浜市平沼記念体育館で行われ、スポーツ推進委員7名とスポーツ課の中川係長が参加しました。

総勢350名ほどの参加があり、研修種目の第一部は元NHKラジオ・テレビ体操指導者の青山敏彦氏を迎えて、ラジオ体操第一の各パートの動作の注意点を指導してもらいました。私たちは昔から何気なくラジオ体操をしていましたが、しっかりとした正しい動作をするのはなかなか大変であったという間の一時間でした。



胸をそらす運動では、「指先まで伸ばす。手のひらを返し胸を大きく開く」がポイント

第二部では県武道太極拳連盟理事長の矢島孝一郎氏による「太極拳入門」の指導を受けました。8つの動作で構成されていますが、これもなかなか大変で、ゆっくりとした動作は手足の筋肉に結構負荷がかかり、次の日筋肉痛になりそう・・・の、一日でした。

(桜山 高山 啓市)

県スポーツ推進委員大会

二月二日(日)、川崎市麻生市民館で開かれ、スポーツ推進委員13名とスポーツ課の河合主査が参加しました。

歓迎セレモニーのアトラクションは高津総合型スポーツクラブ SEITF ハワイアンクラブによるフラダンスと、二本のロープを回す中をダンスやアクロバットを交えて飛ぶ、ダブルダッチと呼ばれる妙技を、日体大のラシエル」と麻生区の児童がメンバーにいる小中学生チームのミラクルダッチーが見せてくれました。



県下のスポーツ推進委員114名が功労者表彰を、2名の方に感謝状が授与されました。

基調講演は西山一行国土館大学名誉教授による「夢をあきらめない」と題し、「箱根駅伝に出る」「コーチ・指導者になる」などの夢をあきらめないで叶えた事が語られました。

健康まつり市民運動会

五月一九日(日)第58回健康まつり市民運動会が池子第一運動公園・自由運動広場で行なわれました。

今年も平井市長はじめ関係者の方々はチャレンジデー推進のTシャツを着てチャレンジデーをアピール。

競技種目も例年と変わりない為、スポーツ推進委員も用具係り、賞品係り、召集係り等のスタッフとして慣れた作業でこなし、大きなけがもなく、皆さんに市民運動会を楽しんでもらいました。

次年度は市制60周年の年で、違う内容のスポーツの祭典として行われることが計画されています。



パン食い競争は人気の種目です

実技研修会

六月十六日(土)午後、逗子アリーナで行われ、初めて参加しました。

消防の方の説明が行われ、経験者の模範演技がありました。私は初心者として実技に臨みました。倒れた人の肩に手を掛けて、もしもしー、もしもしーと大きな声をかけ、意識の状態を確認します。次に注意点5つを確認して、人工呼吸を続けながら、周りの人にAEDの搬送依頼や救急員を呼び出します。

瞬時に色々な判断が要求される結構難しい行動でした。及第点を貰えたかどうか自信がありません。

後半はニュースポーツ「バウンスボール」の対抗戦が行われました。たまたま勝ち上がり、決勝戦まで進みましたが、頑張りすぎて「右脚」を痛めました。

月曜日に整形外科を受診し「アキレス腱炎症」と診断されました。



チャレンジデー推進のTシャツを着て皆さん参加

5ヶ月が経ってやっと完治しました。忘れられない研修会でした。

(沼間 二瓶 武)



AEDからの音声ガイドに従って操作を進めます

家族交流会

八月二十五日(日)、逗子海岸海の家(浪子亭)にて27名が参加して家族交流会が行われました。

最近一か月、雨はほとんど降りませんでした。当日は雨が降ったり止んだり、バーベキューが始まる夕方5時にはどしゃ降りになったのでした。誰が雨女、雨男だったのでしょうか? (帰りに雨は止みました)

バーベキューは鉄板焼きと網焼き2か所で行い、網焼きを担当しましたが、気温が低かった御蔭で汗もあまり出ず、ビール片手に肉、野菜等を焼くことが出来ました。

私事ですが、子どもが成人し、バーベキューを行う機会が少なくなりましたので、楽しい時間を過ごす事ができました。下準備を行ってくださいました。女性委員の皆様方がどうもありがとうございました。

今年も雨でしたので、来年はハイファイルビーチからの夕焼けを眺めながらバーベキューを行いたいです。

(小坪 神戸 幹雄)



三角巾を半分の幅に折り畳む方法。操作を間違えると、あれ? うまいきません



お肉が足りないよー 持って来てー

体力テスト会

十月十四日(祝)近年体育の日に開催するこの行事。保健師さんの座学は、骨粗鬆症の予防の運動として、骨に力が適度に強くなるものをお勧めですが、手軽にできるウォーキングを続けるのも良いと云うために成るお話でした。その後、64歳以下、以上で分かれた測定メニューに沿って参加者に行ってもらいました。

今年には骨密度を測るコーナーが設けられ、実年齢より上の年齢数値にがっかりする人、若い数値に喜ぶ人と悲喜交々。この結果を参考にそれぞれ改善や維持に取り組んでいってもらえればと思うテスト会でした。



立ち幅跳び 着地点をしっかり見極めます



保健師さんの座学で始まります

逗子市民まつり

十月二十日(日)朝からの雨は一日中止むことなく、肌寒い中の実施で、ニースポーツの体験コーナーは中止。クリーン作戦も少し行っただけになりました。雨の為全般的に来場者も少なく、野球場に設営した「うみかぜクラブ」のテントにも訪れる人はまばらと、低調な市民まつりの一日でした。



開眼片足立ち 2分立っていられると満点(10点)です



雨にも負けず クリーン作戦に出掛けます

オリエンテーリング

スポーツ推進委員として2年目になります。

今年は十一月十六日(土)に、桜山・神武寺・池子・山の根の順でスタート・ゴールの池子第一運動広場に戻るコースで行われました。

市内5〜6キロのコースを各組3〜5人のメンバーで約1時間半から2時間かけて10か所のチェックポイント目指してまわります。今年は11組の参加がありました。地図だけを頼りに各チェックポイントを探すので、グループの中には途中で迷ったりのアクシデントもありますが、秋晴れの半日、とてもすがすがしい気分です。まだ知らない逗子の新しい発見ができません。

次回ぜひ参加してみませんか?そしてゴールした後はとてもおいしいうどん入りトン汁が待っています。

(小坪 常盤 富美子)



チェックポイントの旗の準備です



トン汁もそろそろ出来上がります



みんなで一緒にゴール!(上)



元気に1番出発(上)

2番はおしとやかに?出発(右)

第60回市内一周駅伝競走大会

久木39年ぶりの優勝!

一月十二日(日)に開催。久木は地域対抗の部で久しぶりに優勝しました。

自分も昔出場して優勝した時の嬉しかったあの感動を懐かしく思い出しました。今回5区で区間賞をとり活躍した、中西正明さん(下の写真 前列左端)に記事をお願いしました。

(久木 安藤 知侑)

今年の逗子市内一周駅伝では、見事久木チームは優勝することが出来ました。今回5区を走らせていただいた中西正明です。近年は優勝にあと少しという結果でしたが、今年ようやく優勝出来たと嬉しく思います。39年ぶりの優勝ということ、走った人だけではなく地域の皆さんの支援や応援があつての結果であると思います。ここに感謝申し上げます。

中学生ながら1区の間山畑なぎさは2区を走り切り、3区の間木健太は区間1位の活躍で、この久木中学校に通っている2人の活躍がとて大きかったです。その他は久木中学校を卒業してから7年経つてなお衰えることない新涼太さん、高校生の杉浦裕季と木村龍太、大学生の中西正明と、久木中学校在学学生・卒業生の様々な世代で襷を繋げた事はとても価値があると共に、全員がチームのために全力で走る事が出来て優勝出来たのだと思います。今回2位と8秒差での1位なので、来年は圧倒的な力で連覇したいと思えます。応援ありがとうございます。



39年ぶりの優勝 久木チームの皆さん、おめでとうございます!

横三ブロック研修会

十二月一日(日)に三浦市総合体育館でブロック研修会が行われ、ミニバレーボールを体験。ボールはナイロン製のビーチボールのようなもので、ソフトバレーボールよりも飛球のコースが読みにくく、遠くへ飛ばすことも大変でした。

決勝リーグは参加者全員の声援で盛り上がり、珍プレー・好プレーに拍手喝采、表彰式では主催者の計らいで大根の賞品をゲット。帰りは夕焼けの富士山を見ながら車の中でコックリ。役員さん・運転手さんお疲れ様でした。

(桜山 蒲谷 昇)



今夜はおでんが良いかな。ふろふき大根もいいな...



【スポーツ都市宣言30周年】 ~スポーツで健康づくり~

今年も逗子市は「チャレンジデー2014」に参加します。毎年5月の最終水曜日(今年は5月28日)に人口規模がほぼ同じ自治体・地域間で、午前0時から午後9時までの間に15分以上の運動やスポーツ等を行った住民の参加率を競い合う住民参加型のスポーツイベントです。皆様の参加・ご協力よろしくお願い致します。

詳細は広報ずし5月号に掲載いたします。

編集後記

スポ推だよりは今回で第10号の発行となりました。

祝、第10号

平成17年、白黒で発行された『体指だより』も、第5号からはカラーとなり、昨年の第9号からは『スポ推だより』と名前を変えここまで来ることができました。スポーツ推進委員のみなさまには原稿依頼を快く受けて頂いた事を編集委員一同感謝しています。これからもみなさまにご愛読いただけるよう頑張っていきますので、ご協力お願い致します。

(N.M.)

広報委員会

石渡眞澄・笠原恵子・高山啓市・峯尾尚子
酒井 博・佐藤千香・松井弘喜

発行/逗子市スポーツ推進委員協議会

事務所/逗子アリーナ内 Tel 046-870-1296

発行責任者/酒井 博