

祝(財)逗子市体育協会創立六十周年 ずし 体指だより

第7号

平成 23 年 3 月 26 日発行

全国体指研究協議会 報告

十一月二十五・二十六日の木・金、岐阜県メモリアルセンターで開催され、逗子市からは、昨年同様に酒井会長、常任委員の有志として、平副会長・山上委員・相川の四名が参加しました。メモリアルセンターは、斉藤道三・織田信長で有名な岐阜城の麓に位置し、陸上競技場、野球場、体育館、武道館などがある、広い総合運動公園です。

研究協議会は、各種表彰のあと、基調講演として福島大学教授白石豊氏の「体育指導の勘どころ」の講演があり、結果よりも経過を重視することが重要との話がありました。

二日目の分科会には、第一分科会「育てよう総合型地域スポーツクラブ」

に酒井会長と相川が、第三分科会「充たそう、住民のスポーツニーズ」に平副会長・山上委員が参加しました。

新穂高温泉、ロープウェイで西穂高口まで上り、冠雪した北アルプスを堪能して松本経由で帰途につきまし



(池子 相川 時雄)

天候にも恵まれ、有意義な協議会への参加でした

体指関東大会

六月四日・五日の金・土、熊谷スポーツ文化公園「彩の国くまがやドーム」に於いて、体指関東大会が開催され、酒井会長、平副会長、山上委員が参加しました。

初日には表彰式が行われ、逗子では平副会長が長年の功績により表彰されました。また、日本ソフトボール協会常務理事(元全日本女子ソフトボール

監督)の宇津木妙子氏による「夢と人生」と題した基調講演や、池上獅子舞保存会の獅子舞と本庄第一高等学校の吹奏楽部及びチアリーディング部によるアトラクションが披露されました。二日目の分科会(テーマはめざせ体力向上)に酒井会長が参加しました。



埼玉県のマスコット「コバトン」も大会に参加



《受賞者感想》

表彰については、微力の私にと思いましたが関係者皆様のご支援あつての事と考え喜んでお受けしました。

講演を拝聴し、以前テレビで宇津木さんの「マシンガンノック」を見て以来、驚きと尊敬の念を持ち続けていましたが、選手達に対しては厳しい中にも愛情深く接しておられた感を一層深めました。

当日は非常に有意義な一日で、満足して帰途につきました。

(逗子 平 芳子)



受賞者一同と壇上で記念撮影

県体指大会 二月十一日(祝)

あいにくの雪が降るなか、横浜関内ホールで神奈川県体育指導委員大会が開催されました。

会場では横浜市内で活動している吹奏楽団「ホルツ・プラス・カペーレ」が、歌謡曲・映画音楽など身近な曲で出迎えてくれました。その素晴らしい演奏に、アンコールの拍手。開会式を遅らせるハプニングもありました。

功労者表彰には県下から総勢252名の方が表彰され、名前が呼ばれると、同じ地域の方達から、拍手やお祝いの掛け声が飛び交う和やかな表彰式で、逗子からは、池子地区の中村正喜委員が表彰されました。

講演会には猪谷千春氏から「わがスポーツ人生」と題した話があり、留学時代、オリンピック出場時、社会人なつてからと、どう目標を立て行動してきたかなど興味深いお話を聞きました。また、心配された雪の影響も無く帰路につきました。



中村委員 おめでとうございます



猪谷千春氏はスライドを使って解り易くお話し下さいました

健康祭り市民運動会 所感

五月十六日(日)に行われた第五十五回健康まつり市民運動会は昨年とは違って多少風が出たものの好天に恵まれ大勢の参加者のもと大過なく無事終えることが出来ました。

そのなか、用具係を担当して感じた事を反省も含め書いてみます。

一つはアリーナから借用する大量の用具類を運び出す時、早く運び出す方が少し優先され中身を充分確認せずに運び出してしまい、不足するものが出たりして、競技に支障は無かったものの皆さんに迷惑をかけてしまいました。忙しい朝に、数の確認、搬出は複数の人が同時に動いている為厳しく、前日に運び出す物を分けて置く等の一考が必要と思われます。

又、用具係は各競技で使う用具を素早く並べてスタートを遅らせない様にフィールド内を駆け回り、待機場所は



用具係りは、もう、次のパンを取り付けの準備をして・・・と、忙しいです。

日陰の無い所で晴天時は真っ赤に日焼けをし、重い綱引きの綱の出し入れなど重労働も有って大変な役ですが、子ども会のジュニアリーダーの中学生2人が大人の中にまじってよくお手伝いしてくれました。お礼を言いたいと思います。(逗子 岩下 晃)

実技研修会 六月十九日(土)

救急法研修会に参加して

二ヶ月前の事です。ラーメン店のカウンターでラーメンを食べていました。突然「バタン」と大きな音がして三人置いて腰掛けていた男性が床に仰向けに倒れたのです。一瞬の出来事に周りの人達は動かないその男性を見ていました。偶然居合わせた看護師(後でわかった)が「大丈夫ですか?」と言いながら大きな体を横に向かせ救急隊員を待ちました。幸い救急隊員が来ると同時に意識が戻ったようでした。そんな出来事の後には救急法講習会の通知が来たので喜んで参加しました。

講習は心肺蘇生法とAEDの使い方でした。救急車が現場に到着するのに要する全国平均時間は六分だそうです。その六分間に意識が無い、更に呼吸が止まっている人と対峙した時、何が出来るかを学びました。

人が倒れていたら(一)周囲の安全の確認(二)出血の有無(三)意識の確認のための声かけ(四)「あなた一一九番してください」「あなたAEDをお願いします」と指名(五)呼吸確認のため、頬で息を感じ、呼吸の音を聞き、胸を見て四・五・六十まで数えて観

察(六)あごを持ち上げ鼻をつまみ口で口を覆うようにして息を吹き込む。これを二回繰り返して胸骨(乳首と乳首の間)圧迫三十回(一分間百回の速度)以上のセットを繰り返す(七)AEDが届いたら直ちに使う
AEDはノートパソコン位の大きさでふたを開けて葉書大の二枚のシールを袋を破いて取り出し右胸と左脇下(絵の表示あり)にしっかり貼り、音声ガイドに従って電気ショックのボタンを押す。消防隊員の説明、実演の後、各自本番さながらにモデル人形を相手に緊張しつつ一生懸命におさらいをしました。

今回の講習を受けて壁に掛かっているAEDがとても身近なものになりました。(新宿 佐野 暎子)



救急隊員の指導のもとで心配蘇生法の実技

家族交流会

八月二十九日(日) 異常な猛暑が続いた今年の夏。夏バテを解消しよう

浪子亭に30名が集まり、バーベキューを楽しみました。最近ライブハウスのような建物が多くなってきた逗子海岸は、暗くなっても人が多く昔と様変わりしてきましたが此処だけは昔の雰囲気を残しています。下準備、火のそばで汗だくの焼き奉行?の方々に感謝しておいしく頂きました。



ここは次に焼く食材の搬出整理係りで～す

体力テスト会

十月十一日(祝) 今年も体育の日に逗子アリーナで行われましたが、前日まで天気が悪く地域で行われる体育祭がずれてこの日と重なり、体育指導委員の協力が減った所に、今回、うみかぜクラブ会員の体力向上効果を見る為、会員に体力測定の参加を呼びかけたので、去年の倍近い六十四名の参加があり大忙しのテスト会でした。

また、丁度アリーナに立ち寄られた平井市長にも飛び入り参加で何種目かにチャレンジして貰うというちょっとしたサプライズもありました。

逗子市民まつり

十月十七日(日) 天気予報では前々から雨との事でしたが、当日が雨無しのよい天気になり、第三十四回逗子市民まつりが第一運動公園でにぎやかに開催されました。

毎年の事ですが、市民が早朝から大勢会場に訪れ大盛況でした。



さあ、クリーン作戦に出発！



92 歳の元気な参加者に市長が激励されました

例年通りニュースポーツ体験コーナーではフライングディスク・ペタンク・グラウンドゴルフを担当し、参加者にルール説明や実技指導をしました。

また「ゴミのクリーン作戦活動」にも監視員として交代で会場美化に協力しました。

(桜山 高山 啓市)

感想文 オリエンテーリング

十一月二十日(土)

体育指導委員になり五年目となりますが、毎年、今年のコースはどこかと楽しみにしています。今年は、第一運動公園をスタートし、山の根・久木・逗子地区を回るコースで行いました。山道はありませんでしたが、ポイントを探しながら数キロを歩くことは、日頃、運動不足の方には結構きつかったようです。また、地図上において、大きな違いが見られない住宅地の中のポイント探しは、多くの参加者が難しかったと感想を述べており、コース設計者の鈴木さんの工夫が奏功したようです。

さて、私はポイントの一つである久木神社での監視役を担当しました。監視役は、ポイント発見に苦労している場合にヒントを与え、最も重要なことは参加者すべてが無事ポイントを通じたことを確認し、最後にポイントの旗を回収し事務局に返却することです。

また、本殿前で何かを祈願している子どもたちがいたことが印象的でした。子どもたちの願いが叶いますように！

(久木 松岡 俊一)

第58回市内一周駅伝競走大会

一月九日(日)

「激戦制し池子三年ぶり優勝奪還」

今年の市内一周駅伝は、首位が、久木↓沼間↓池子↓久木↓池子と入れ替わるまれに見る激戦でした。池子は九連覇のあと、二年間二位でしたので選手・役員ともに喜びを分かち合いました。今年は特に多くの中学生、七十歳で二十年連続出場のパベラン、三年ぶりにふるさと選手で出た社会人等、永年四チーム出場を続けた積み重ねの結



2番出発します！



1番出発します！

果だと思えます。

私が体育指導委員になったのは、四十年近く前に、この駅伝に選手として出場していた時に、池子体育会に入会し、体育指導委員に推薦された為です。以来、池子の駅伝に係わっています。大会当日の本部役員は失礼し地域の役員でやってきました。各地域の多くは体育指導委員を中心とした役員で、選手集め・チームづくりの苦勞をされていると思います。ここでは各地域の役員のご苦勞を代わりに述べてみます。

地域対抗の駅伝チームの一番の難しさは、団体対抗の単一チームとは異なり三カ月ほど前に、いくつかの団体、個人に声をかけ接触し選手を集め臨時のチームをつくり、まとめることです。特に意識するのは、中学生です。やがてチームの柱になります。

(池子 北島 惇夫)



池子 A チーム 地区対抗の部で優勝

県体指研修会

十一月二十三日(日) 相模原市立中央小学校体育館で行われ、逗子では山口と、林委員が参加、総勢250人程度の参加がありました。

研修テーマは「4コートバレーボール」で、基本ルールの説明を聞き、全員でゲームを通じての実習を行いました。

概略のルールは左記のようなもので、
◎ソフトバレーボールのボールを2個同時に使う。サーブ権に関係なくラリーポイント制で、ミスしたチームに1点加算される。

◎サーブはミスしたチームがアンダーハンドで行い、対角コートのサーブビスエリア内に打つ。その後は3コートのどのチームに打ち返してもかまわない。(3回以内に返す)

◎1ゲームはあるチームが15点に達した時点で最も得点の少ないチームから順に5、3、2、1ポイントを取得する。

◎3ゲームマッチで行い、取得ポイントを合算し、高い順に順位を決める。

◎参加対象者の年齢やレベルに応じてみんなが楽しめるようなルール変更は大いに認める。

感想として、専門的にバレーボールをやっても楽しくめるゲームですが、ボールやネットが1セット20万円位かかる。また、既存の備品で代用することが出来ない為、普及には課題が多いことです。

(池子 山口 勝)

横三ブロック研修会

二月二十日(日)、三浦市総合体育館(潮風アリーナ)において横須賀・三浦ブロック研修会が開催されました。

始めに健康で元気な生活を送るため「一日三十分、週三回、三カ月間の運動」を普及させる為の「3033運動普及員養成講習会」が行われ、引き続きのスポーツ研修会は、「バウンスボール」でした。これは昨年度逗子市で開催した本研修会で好評だったことから、今年度担当の三浦市も採用され、市町対抗の試合を行いました。

逗子チームは前の週に逗子アリーナで練習をした成果？が出たのか、男子準優勝、女子優勝と好成績を収めました。賞品はキャベツと大根でした。



賞品の大きな大根！ いいお土産ができました

(財)逗子市体育協会が創立60周年を記念して作ったシンボルマークです。



※ マークの説明：ZUSHIの頭文字「Z」を基本に、スポーツを通して豊かで生きがいのある社会づくりに貢献するイメージを表現。ブルーは逗子に海と人、緑の葉で豊かな自然と人を合わせて、スポーツを楽しむ人々のコミュニケーションを表しました。

平成 22～23 年度体育指導委員の紹介

記号＝ ◎：会長、◇：副会長、下線：常任、敬称略・順不同

逗子	◇平 芳子 江 嶋 博	岩下 晃 齊藤良子	吉崎潔子	津久井加代子
桜山	黒川正孝 高山啓市 武藤新二	石川康俊 蒲谷 昇	細川 進 蒲谷秀子	愛 敬子 澤 美咲子
沼間	平井規之 須田節子	二瓶 武 鈴木繁昭	深澤清純 稲葉和子	矢ヶ崎文子 中出和代
池子	相川時雄 笠原恵子 小南博明	北島惇夫 林 和子	山口 勝 福本藤彦	石黒孝治 中村正喜
山の根	◎酒井 博 高橋進吾	山上和子 小野重長	峯尾尚子	山下美津江
久木	安藤知侑 座間裕子 上坪靖子	橋本友子 石渡眞澄	歌田州吉 永野豊文	鈴木美恵子 松岡俊一
小坪	◇東 弘之 最首 祥互	佐藤千香 高木 彰	飯田博茂 土屋敏臣	小野千恵子 高野三津男
新宿	松井弘喜 山崎正典	木下義基	高橋達二	佐野咲子



編集後記

今年度の体指広報委員会は、逗子市体育協会60周年記念誌の編集と時期が重なっていたため、活動回数が少なかったのですが、皆様の投稿のおかげで充実した内容の第7号を発行することができました。

これからもチームワークで広報作りに取り組んでいきます。皆様の投稿などご協力をお願いします。

広報委員会

石渡眞澄・笠原恵子・高山啓市・峯尾尚子
酒井 博・平 芳子・東 弘之

発行／逗子市体育指導委員協議会

事務所／逗子アリーナ内 Tel 046-870-1296

発行責任者／酒井 博