

ずし 体指だより

第5号

平成21年3月24日発行

新会長に酒井氏

平成二十年度の逗子市体育指導委員協議会総会が四月八日(火)に行われ、十二年会長を勤めました村木定夫が退任し、酒井博が第五代会長に選任されました。

また、副会長の人見久雄が退任し、東弘之が就任しました。

就任の挨拶



酒井 博

体育指導委員の皆様、日頃のスポーツ振興活動にご協力頂きありがとうございます。この度、平成二十年四月より八地区六十名の体育指導委員協議会の会長に選任されました酒井です。

副会長・常任委員のメンバーを中心として前会長村木氏の情熱に負けない気持ちで市のスポーツ活動や事業に対し、体育協会と協力し合い、2年間皆様と活動していきたいと思っておりますので、ご指導ご協力を宜しくお願い致します。

全国体指研究協議会

十一月二十七・二十八日の木・金、千葉市幕張メッセで第49回全国体育指導委員研究協議会が開催され、初日に全体会・表彰式が、二日目には地域スポーツ関連テーマで四つの分科会が行われました。表彰式では、本市の北島指導委員・相川指導委員の二名が三十年の長きに亘りスポーツ振興に貢献されたことに対し表彰を受けました。

《三十年表彰のお礼》

市内一周駅伝池子チームに参加が縁で池子体育会に入り、体育指導委員になってから、あつという間に三十年が過ぎました。今まで元気に過ごせたのも体指活動のおかげと感謝しています。地域の声を行政に今まで以上に反映できるように活動していきます。

(池子 北島 惇夫)

体指関東大会

六月六日・七日の金・土、栃木県塩原市で開催された体指関東大会で、酒井会長が二十年の長きに亘りスポーツ振興に貢献されたことに対し表彰を受けました。

市長・教育長を表敬訪問

十二月十日(水)酒井会長と東・平の両副会長、そして北島・相川指導委員が、平井市長及び村上教育長を表敬訪問しました。

会談の中ではうみかぜクラブ等の状況報告をして、「地域作りとスポーツを上手く繋いでいるいろんな人が参加出来る様になると良いですね」と言ってお話を伺ってきました。

又、全国体指研究協議会で北島・相川指導委員が三十年表彰を、体指関東大会で酒井会長が二十年表彰を受けた事の報告を致しました。



賞状を手に左より酒井会長、相川委員、平井市長をはさんで北島委員

県体指大会

二月一日(日)快晴、伊豆半島、富士山がくっきりと見える逗子海岸線を体指委員二十三名を乗せ、バスは本年の会場となった綾瀬市文化会館に向かう。

午前中、ニュースポーツ紹介コーナーでは、フリンゴ、ショートテニス、キンボール、スポーツ吹き矢、バウンズボール等を、今大会の担当市町村が其々担当して大会参加者に軽い体験をさせてくれました。また城山公園周辺をまわるウォーキングが企画されていて、こちらも多くの参加者が富士山に見える畑を歩きました。

午後に入り、アトラクションで綾瀬市立中学二校による迫力のある和太鼓と、全国大会で最優秀賞を受賞したというマーチングバンド部の見事な演奏が披露され、表彰式では、村木前会長に「平成二十年神奈川県体育指導委員連合会感謝状」が贈られました。



感謝状を受ける村木前会長

健康まつり市民運動会

五月十八日(日) 雨で一週間遅れて開催された市民運動会。この日は天気も上々で、第一運動公園自由広場に於いて昨年とほぼ同様のプログラム内容の競技種目が行われました。

親子でかごに入れたボールを運ぶプログラム「親子そろって」ではボールを落とさないように紐でかごを支える 4 人のチームワークが早くゴールできるかの力を握って、子供達の紐の引っ張りに、親が合わせるのに苦労しながら駆けているチーム、お父さんが子供達を上手くりリードして駆けているチームと、日頃の親子連係の成果? が現れているようでした。

実技研修会

七月六日 梅雨明けが近い事を思わせるムシムシする日曜日、逗子アリーナで 28 名が参加して行われました。

去年、講師の方に緊急出動がかかって講習が中止になってしまった事を今年は避けるためか、救命士 3 名と、消防士 3 名の体制で講習に来ていただき心肺蘇生法と AED の操作法の実技指導を、受講初参加の人を中心に受けました。

他の人がやっているのを見ている時には、実施手順の間違いを教えてあげられたのに、いざ自分がやるとあがってしまい、ある動作を抜かしてしまったりして意外と難しい事を皆実感していたようでした。

その後の実技研修は太極拳。ムシム

シしたメインアリーナでは、静かな動作でしたが結構汗をかき、又慣れない手足の動作を真似るのに苦労しながら(そうすると皆の口数が少なくなり)の楽しい研修会でした。



いざ、心肺蘇生法を自分でやってみると・・・

家族交流会

八月二十四日 今年も浪子亭にお世話になり 36 名が参加。降っては止んでの生憎の日曜日でしたが、小屋の中でバーベキューを楽しみました。ここ 2、3 日涼しくなつて食欲も出て、女性指導委員が下準備してくれた沢山の食材も焼きあがるとすぐに売れ、野菜たっぷりの焼きソバも別腹? と完食。ビールも追加発注するほどの売れ行きで、お腹一杯のバーベキュー大会、もと、家族交流会でした。

体力テスト会

十月十三日(祝) 今年は体育の日と重なったこの行事、体育指導委員三十八名の協力の下、逗子アリーナで行われました。

例年通り、参加者は看護師さんによる血圧測定後、準備体操をして年齢別に設定されている六種目の測定に挑戦してもらいました。

今回の参加は三十五名で、六十四才以下の方が十三名、六十五才以上の方が二十二名でした。年齢の高い方の増加はうみかぜクラブが定着してきたからでしょうか? 若い世代の参加者も増えてほしいものです。

最後の看護師さんのお話は『ノロウイルス』についてでした。予防に必要なのはなんと言っても充分な手洗い! 石鹸をつけてちよつと洗うやり方では効き目は少ないそうで、約三十秒ずつの石鹸洗浄と洗い流しが必要で、その時間計測として「もしもしカメよ」の一番を歌いながら石鹸で洗浄、二番を歌いながら洗い流す、じつくりの手洗いが看護師さんのお勧めでした。



準備体操は入念に・・・

逗子市民まつり

十月十九日 快晴となった日曜日、第三十二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。例年通り体育指導委員はニュースポーツ体験コーナーで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、28 名が協力しました。今年は風がとて強く、フライングディスクが思いがけない方向に飛んでしまうほどでしたが、久木中学校の生徒さんたちの協力もあってスムーズに行うことができました。

ペタンクやグラウンドゴルフは各協会の指導員の方に教わりながらプレーしましたが、ペタンクは思うようにころがらないしグラウンドゴルフは土や芝生の状況でボールが変化して、見ているより難しいという声が多く聞かれました。それでも小さな子供さんから年配の方まで楽しんでいました。

また今年もクリーン作戦活動に協力し、交替でごみ拾いを行いました。



お父さんうまいだろ～ ♪

感想文 オリエンテーリング

十一月十五日(土) 曇り空でしたが雨の心配は無く、少し肌寒いなか、第一運動公園に30チームを超える多くの参加者が集まり盛大に行われました。9時から受付が始まり、地図とチェックカードとゼッケンを取り、競技説明の後、ゼッケン番号順に並び間隔をとってスタート。私はこの大会への参加は初めてで、家族4人、次女は2歳と云う事もありベビーカーを押しての参加でした。

今回はアザリエ団地・池子小学校から東逗子へ下り、沼間法勝寺脇から神武寺ハイキングコースを逗子中学校へと下るアップダウンの激しいコースでした。母校である池子小学校・逗子中学校へは非常に久しぶりで、昔遊んだ場所や何をしたかを長女に説明しながらの行程はとても懐かしく楽しいひと時でした。また神武寺のハイキングコースでは、少しぬかるんだ山道を若干紅葉が始まった木々やきれいな草花を見つけないがらの散策で、足腰の疲れを忘れてしまう気持ちのいい道だったのでした。

そして家族4人無事に所要時間一時間四十六分でゴール。ほんの少しの心地良い疲れがありました。準備をして頂いていた美味しい豚汁うどんが身体を温めてくれ、疲れを吹き飛ばしてくれました。とても楽しく家族と共に過ごせ充実した一日となりました。来年も是非参加したいと思っています。

(山の根 高橋進吾)



選手一斉のスタート! 同時に周囲の声援も・・・

第56回市内一周駅伝競走大会 新宿A 初優勝!

一月十一日(日) 風もほとんど無く快晴、この日恒例の「逗子市内一周駅伝競走大会」が開催されました。地域対抗の部では14チームが、団体対抗の部では20チームが参加、沿道では自分達のチームが来ると声援も一段と高まり、応援旗が盛んに振られていました。



よし、あっちだ!

地域の部では新宿Aが昨年まで9連覇を飾っていた池子Aを破って見事初優勝に輝き、団体の部では逗子開成高校が9連覇を飾りました。今年も体育指導委員はお揃いの赤と白のウェアに身を包み競技役員として大会運営に参加協力しました。

県体指研修会

十一月二十三日(祝) 川崎市麻生スポーツセンターに於いて約二六〇名の参加のもと開催され、本市からは三名の指導委員が参加しました。

今回は「フリンゴ」と「バウンスボール」と云うニュースポーツの実技講習会のみで情報交換会はありませんでした。「バウンスボール」は子供から大人まで日常スポーツに親しみの少ない人でもネットとバドミントンのシングルコート程度の広さがあればゲームを楽しむことが出来ます。(本紙の4頁に紹介記事を掲載したのでご一読下さい)また、この「バウンスボール」を本市の平成21年度の実技研修会で体の指の皆さんに習得していただき、逗子市民のニュースポーツとして広げていければと思います。

女性体指研修会

一月十七日(土) 神奈川県女性体育指導員研修会が三浦市の潮風アリーナで開催され、逗子からは3名が出席。今回の研修は「ミニバレーボール」「バドミントンのコートで、ビニール製のビーチボールを使用して、一チーム

4〜5人で行うスポーツで三浦市では盛んに行われています。三浦市の体育指導委員の方が講師になり、実技を見ながらルール説明を受け、その後グループに分かれて練習をし、試合を行いました。初めは加減がわからず、サーブも相手コートまで届かなかったり、お互いに遠慮して打てなかったりしていましたが、やっといううちに初めて会った他の体育指導委員の方々とも声をかけあいながら試合ができ、2時間の研修会があつという間に過ぎてしまいました。ボールも柔らかく、スピードも速くないので、子どもから大人まで幅広い年齢層で楽しめるスポーツだと実感しました。

(小坪 佐藤千香)

横ニブロック研修会

風もなく、穏やかな日差しに恵まれた二月二十二日(日)に横須賀・三浦ブロック研修会が「くりはま花の国パークゴルフ場」で行われました。

国際審判員の方のルール説明を受けた後、72名の参加者が4名ずつのパーティーに分かれて18ホールを回りました。きれいに整備されたゴルフ場ですが、起伏やバンカーなどに阻まれなかなか思い通りにボールが転がりません。終わりがちになってやっと少しコツがつかめたようです。

初心者もパーティーのメンバーに教えてもらいながら楽しく、和やかな雰囲気の中で他市の指導委員との交流を深めることができました。

ニュースポーツ バウンスボールの紹介 (概要)

コートは : 5 m × 12 m (バドミントンのシングルコートの広さ)、ネットの高さは 75 cm
 使用ボールは : 競技用 丸型 直径=25 cm 90 g
 応用球 楕円形 直径=20 cm × 25 cm 80 g

※ボールは軟らかく突き指等の心配はありません。

チーム構成は : 監督:1名 コーチ:1名 選手:3名+補欠1名
 ※ 選手が監督やコーチを兼ねても良い

試合は : 3人1組が基本。

(シングル、ダブルスでも可、組合せも男女別、男女混合、又親子ペア等、年齢に関係なくチームを組める)

得点は : 相手チームがサーブや返球に失敗した時、反則した時に1点取得し、サーブ権を得る。
 15点先取で1セット終了。2セット先取したチームが勝者となる。

サーブは : 試合開始時にトスを行い勝った方がサーブ権かコートを選ぶ。
 サーブはワンバウンドさせたものを素手(アンダーサーブ)で相手コートの枠内に打つ。
 ※ ネットに触れて入ったり、見方に触れた時はボール・アウトになる

レシーブは : ワンバウンドさせたボールを相手コートに1回で返す(ネットに触れて返球してもOK)

ポジションの移動は : サーブ権を得た時に時計方向に回る。

※ バウンスボール普及のため、平成21年4月より月1回程度、逗子アリーナで体育指導委員を対象とした講習会を予定しています。楽しみながら覚えていきましょう！



編集後記

体指広報委員会の運営も早いもので5年目を迎えます。会長と副会長が交代し、新しいメンバーとしてやるようになりました。逗子体指だよりも今回はカラーで写真が見やすくなりました。これからも読みやすい逗子体指だよりになる様、皆で頑張ってください。

前会長と前副会長、色々と長い間ご苦労様でした。

またこれからも皆様の投稿などよろしくお願い致します。

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

平成 20～21 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 江島 博	岩下 晃 斉藤良子	吉崎潔子	津久井加代子
桜山	細川 進 高山啓市 武藤新二	石川康俊 蒲谷 昇	黒川正孝 蒲谷秀子	愛 敬子 蒲谷美智子
沼間	稲葉和子 須田節子	二瓶 武 鈴木繁昭	深澤清純 平井規之	矢ヶ崎文子 佐藤 納
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	鈴木栄三 永野豊文	鈴木美恵子 松岡俊一
小坪	◇東 弘之 村木定夫	佐藤干香 高木 彰	浅野修弘 二見 孝	小野干恵子 高野三津男
新宿	高橋達二 福本紫津	木下義基	松井弘喜	佐野咲子