

# ズシスポ推だより

第12号

## 関東スポーツ推進委員大会

六月五日(金)千葉県総合スポーツセンター体育館、六日(土)幕張メッセ国際会議場にて、「房総の風! 広げよう!」を伝える「ズシスポ」の持つ「ちから」を大会テーマにした関東スポーツ推進委員研究大会が開催されました。

関東甲信地区から約千八百人のスポーツ推進委員の参加があり、逗子市からは酒井が出席しました。

初日のアトラクションでは、千葉県警察音楽隊とカプラーガード隊「アクア・ウィンド」による演奏・演技と、MAKUHARI・ミルキートワラズのパトントワリングの演技が披露されました。基調講演はNHK野球解説者 与田 剛氏による「野球人生から学ぶズシスポ指導者に求める姿」がありました。

翌日は、スポーツ推進委員として求められる総合型クラブとの関わり「地域スポーツの推進役、コーディネーターとして求められるもの」ロコモティブシンドロームと健康寿命の延伸をそれぞれテーマにした3つの分科会が開催されましたが、所用が有り、5日だけの参加となりました。(逗子 酒井 博)

## 第56回全国スポーツ推進委員研究協議会(愛媛大会)

十一月十一日・十二日の二日間、愛媛県武道館、ひめぎんホールを中心に、全国から3200余名のスポーツ推進委員の参加で開催され、逗子市からは、酒井会長、山上、岩下、相川の各常任委員が参加致しました。

第一日 歓迎アトラクションは、江戸時代、藩士を慰安した「伊予漫才」の舞で、松を描いた扇子を巧みに使い、5〜6人でいろいろな松ノ木の型を作る、息の合った踊りでした。開会式、表彰式に続き、基調講演ではサッカー元全日本監督の岡田 武史氏が「スポーツと地方創生」をテーマに、FC今治を中心にスポーツを通じて、交流人口を増し、町づくり、協賛(共感)企業の発展を図っていく行動力の必要性を話されました。

第二日 四つの分科会に別れ、各々のテーマに沿って研修が行われました。我々は、第一分科会「地域住民を惹きつける地域スポーツクラブの実現」に参加し、クラブの持続的発展にスポーツ推進委員が果たす役割で三つの事例を聞きました。

クラブには、大別すると陸上競技やバスケットボール等の専門競技教室を中心として、脇にいくつかの教室を設けて総合

クラブにしていくタイプ(指導者は専任、会費は3〜5千円/月)と、何時でも誰でも何処でも参加できるタイプ(会費は3〜5百円)とがあり、発表は陸上競技を中心とした前者の事例と、後者の事例2つでした。

特に後者の方は、内容も各種スポーツから、食育、バスツアーと幅広い活動をしている事から、各種行事にスポーツ推進委員が協力参加しているとの事です。

さて、私事ですが、全国84名(神奈川県7名)の体育指導員・スポーツ推進委員として、文部科学大臣「スポーツ推進委員功労者」表彰の一員に加えて頂きましたこと、関係者皆様のご支援あつてのことと感謝申し上げます。



(池子 相川 時雄)



相川さんは昨年もこの全国大会で功労者表彰され、今年度は文部科学大臣からの表彰と2年連続の表彰。おめでとうございます。

## 県スポーツ推進委員研修会

十一月二十三日(祝) 神奈川県スポーツ推進委員研修会が小田原アリーナで開催され、逗子から酒井会長ほか推進委員4名と文化スポーツ課の池田主事の6名で参加しました。

主催者側の挨拶の中で「百数十名を予定していましたが、225名の参加がありました」と報告されました。

研修の始めに各協会の講師の方から研修の手順の説明があり、その後、今回の研修種目のファミリーバドミントン、ディスタッドジの2班に分かれ実践形式で研修を始めました。

参加人数が多いのにも関わらず、各市の参加者が平均的に分散され、2時間半の短い研修時間内で全員が審判員や競技を楽しめた事は、私達が今後研修を行う際に参考になると思えました。

ファミリーバドミントンはシャトルのコックの部分がテニスボール位のスポンジで、ラケットは普通のラケットより短くなっています。1チーム3人で構成されますが、上から打ち付けてはいけない等、いざやってみるとバドミントンとは勝手が違う競技でした。

ディスタッドジは9畳四方のコートの中でドッジボールと同じように布製のフリスビーを投げ合つて、ぶつかつた人はコート外に出るといふなじみの深い競技です。

しかし、バドミントンやドッジボールとよく似た競技にも関わらず、ルールが複雑であったり、道具が特殊なので広がり難いように感じ、普及させるにはひと工夫が必要だと思えました。

(小坪 高木 彰)

### 実技研修会

六月二十日(土)今年の講習会は文化スポーツ課 阿万野課長も参加され、1部 救急救命講習 2部 ノルディックウォーキング実技講習の2つが行われました。

救急救命講習ではAED実技。いざとなった時に慌てずに済むようにと、ここ数年続けている講習です。

少しずつ方法も変わり一年経って改めて実技を行うと戸惑う事も有りました。やさしい、みなさんの妨害とも戦いながら一連の手順の流れを自分なりに復習が出来たかと思えます。

また、もし不幸にも実際に使う事になつても多分周りの人はもつと親切で協力的だと思っています。

ノルディックウォーキングは試験的にうみかぜクラブが地域スポーツにと導入したスポーツです。



姿勢よく歩く姿は若々しく見えます

練習場所を池子の森 400mトラックに移して、ポールの使い方・歩き方の講習を行いました。

ポールを持って歩くだけなのですが、姿勢がよくなつて歩幅も自然と広くなり皆さん十年若返った歩き方になりました。ただ、そのあと家に帰ってから上半身の筋肉痛も味わたたのではないかと思います。(新宿 松井 弘喜)

### 家族交流会

家族交流会といえば、2年前までは逗子海岸でバーベキューを行っていましたが、海岸の規制強化で出来なくなつてしまいました。しかしバーベキューをやつてほしいとの声があり、今年は逗子ビアガーデンで八月二十九日(土)にバーベキューを行いました。

当日は家族や事務局も含め21名の参加があり、若手?の男子に焼き手を急遽お願いして、海岸で行うバーベキューとは少し勝手が違いながらも皆さん汗だく、煙まみれになりながら焼いていました。

後から遅れてきた方もいたのでバーベキューが終わったあとも数名で2次会のカラオケにも行き、楽しく交流会が行われました。海岸でのバーベキューは事前準備が大変ですが、来年は海岸でバーベキューが出来ればいいと思えました。その時は是非皆さん参加して下さい。

(小坪 佐藤 千香)



### 体力テスト会

十月十二日(祝)例年通り逗子アリーナで体力テスト会が行われました。(参加者36名、スポーツ推進委員36名)

始めに看護師さんから脳卒中についてを勉強。脳卒中の症状(FAS)を覚え、症状に気づいたら発症時刻(I)を確認してすぐに救急車を呼びましょう!

- このFASとは 左記の項目の頭文字。  
F (Face) 顔の麻痺  
A (Arm) 腕の麻痺  
S (Speech) ことばの障害

これらの1つでも症状が出れば脳卒中の可能性大です。そこで言われるのが健康づくり、手軽なラジオ体操から始めてみませんか?

ラジオ体操は簡単そうですが、人間の体にある約6百種ある筋肉のうち、約4百



種の筋肉が動かせるすぐれもの! 市内各所で行われているので参加されてみてはいかがでしょう? (山の根 峯尾尚子)

### 逗子市民まつり

十月十八日(日) 好天の元、第39回逗子市民まつりに参加、今年も野球場周辺のゴミの監視員とレクリエーション協会主幹によるグラウンドゴルフ、ペタンクの手伝いを、午前・午後合わせて40名のスポーツ推進委員の方にして頂きました。

また、予定していたフリスビーの手伝いは、福祉協会からの参加が無かつた為、行いませんでした。ゴミ監視等は10時から6、7人ずつで1時間交代で行いましたが、昨年まで有ったふわふわ(エア遊具)が無くなつた為か、球場内への来場者が多少減つて、ゴミの回収量も少し減つていたようでした。

今年度は手弁当にも拘らず多数のお手伝いを頂きありがとうございました。(逗子 岩下 晃)



平井市長にもグラウンドゴルフに参加して頂きました

### スポーツの祭典

十一月十四日(土) 今年は生憎の雨で屋外の催しはほとんど中止になり、スポーツ推進委員が担当する「みんなの運動会」はメインアリーナに於いて行われました。競技出場者の集合場所や用具置き場、本部席など自由運動広場とは勝手の違う初めてのアリーナでの運営はスムーズにいかなかった所があったようですが、今後アリーナで行う事になった時の良い経験になったと思います。

競技内容も障がいの有る方、高齢者にもスポーツを楽しんでもらえるよう、従来の大人・子供枠とは別の参加枠が設けられ、楽しんでもらえた様です。

また、みんなの運動会に先立ち昨年の体力測定会でも行われた「よさこいソーラン」を障害のある方も一緒に踊ったり、きよしのズンドコ節などを返子開成高校の生徒さん達も加わり、会場一杯になって踊りました。(久木 石渡 眞澄)



景品を釣る「名人芸」 多くの方に楽しんで頂きました



障がいの有る方も一緒に「よさこいソーラン」を踊ります

### オリエンテーリング

十二月五日(土) 今回、初めてオリエンテーリングに参加して、中間パトロールをお手伝いさせて頂きました。

最初にコース図を見た時は知らない道も多く少し不安でしたが、いざ歩き始めると住宅街からすぐ山道に入ったり、驚くほど狭い階段を降りたり、返子は自然が身近であることを感じながら、ちよつとした冒険気分も味わえる楽しいコースでした。コースの設定だけでなく、分かれ道や交通量の多い場所ではスポーツ推進委員が参加者の安全を確保していることや、ゴール後には美味しい豚汁が待っている事など、参加者が楽しめるように運営されている素敵なオリエンテーリングでした。事前準備から当日の様々な役割まで、運営に関わった全ての皆様、ありがとうございました。(文化スポーツ課 池田 祐一)

### 第63回市内一周駅伝競走大会

小坪3年ぶりに優勝!

新春恒例の「返子市内一周駅伝大会」が、一月十日(日)に池子第一運動公園を発着に行われました。今年は団体対抗・地域対抗の部で計40チームが参加し、健脚を競いました。

我が小坪チームは、一昨年3位、昨年準優勝と優勝を逃していましたが、ここ数年メンバーの入れ替えが殆どなく、年末年始の練習では皆調子を上げていたので、今年は優勝出来るのではないかと考えていました。

レースは2区の三橋選手が区間賞の快走で首位を奪うと、以降の選手も4区の大久保選手が区間賞を取るなど、皆安定した走りです。首位をキープして、2位以下に1分半もの大差をつけてゴールしました。また今回はBチームは5位入賞、Cチームも7位と大変健闘しました。



横断歩道を渡ったら、山道へと入って行きます

小坪チームには中学1年生から50代の社会人まで様々な年代の選手がいて、平均年齢は27歳と他のチームに比べて高いと思いますが、皆モチベーションが高く、全員がチームの為に全力で走って、自分達が今できる事をすべてやった結果だと思えます。また、沿道の皆さんの応援が背中を押してくれた。「という選手の声も聞かれました。来年は追われる立場となりましたが、連覇目指してまた頑張ろうと思います。

最後に本大会の為に尽力されたすべての皆様に心から感謝いたします。(小坪 飯田 博茂)



小坪チームの皆さん、おめでとうございます

## 県スポーツ推進委員大会



平成27年度神奈川県スポーツ推進委員大会が、二月七日(日)鎌倉市スポーツ推進委員連合会の主催で鎌倉芸術館で開催されました。県内33市町村から140名、そのうち逗子市からは事務局も含め23名が参加しました。

今回は逗子からの表彰者は出ませんが、県内全市から105名の功労者表彰と4名に感謝状が贈られました。

アトラクションは小袋谷囃子会ひよとこ・おかめの面踊り、鎌倉には百年くらい前に伝えられた郷土芸能だそうです。

その後の基調講演はプロサッカーコーチの資格を持つフリージャーナリスト 湯浅健二氏の「人類史上最高の異文化接点パワーを秘めたサッカーⅡ 21世紀社会のイメージリーダー」という壮大な題の講演でした。

壮大な課題で気がつけばあつという間に終演でした。後で、講演の内容を確認しようと仲間にも聞いても誰も教えてくれませんでした。

最後に来年度の開催市 横浜の案内があり閉会となりました。

来年は逗子からも数人は表彰者が出ると思いますが、やはり自分たちの市から表彰者が出ないのは寂しい感じのするものでした。  
(新宿 松井 弘喜)

## 横三ブロック研修会

十月三十一日(土)、横須賀市立北体育館に於いて72名の参加のもと研修会が行われました。開会式に続き、県教育委員会 生涯学習部スポーツ課専任主幹による座学「スポーツ推進委員の役割」を受講。初めにゲームでリラクセスした後、本題に。

- ① スポーツを取り巻く環境の変化
- ② 超少子高齢化社会と健康寿命
- ③ 日本のスポーツ振興政策
- ④ スポーツ推進委員の歴史と役割
- ⑤ 総合型地域スポーツクラブ
- ⑥ 3003運動

それぞれの項目では、スポーツ推進委員としての役割の再認識、地域との関りの重要性を認識しました。  
実技研修は ラジオ体操第一・第二。

指導者として対面での動きを学びました。参加者が左から始める動きを指導者は右からの様に一つ一つの運動の確認と、運動と運動のつなぎ目の大切さも学ぶ事が出来ました。

ラジオ体操連盟の先生方の丁寧な指導のおかげで、とても充実した研修会となりました。研修会を設定して下さった実行委員の方々に感謝し、有意義な研修会を終了しました。

(久木 鈴木 美枝子)



ラジオ体操の模範演技をされる方は流石に立ち姿がきれいです



奥津主幹による座学

## スポーツで健康づくり



今年も逗子市は「チャレンジデー2016」に参加します。毎年5月の最終水曜日(今年は5月25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ひ致します。 **詳細は広報ずし5月号に掲載いたします。**

### 広報委員会

石渡眞澄・笠原恵子・高山啓市・峯尾尚子  
酒井 博・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/逗子市役所 市民協働部文化スポーツ課  
TEL/046-873-1111 (内線 582、583)  
発行責任者/酒井 博

## 編集後記

池子の400mトラックや野球場などが共同使用になり、スポーツ推進委員の係る行事が此処を会場にして行われるのかなと期待半分・心配半分でしたが、行われなまま今年度は終わりました。アリーナや第一運動公園で行うより、池子の運動施設でやった方が良いものは無いか、何か新しい事が出来るか考えた1年でした。  
(M. I)