

OKAZAKI COMMUNITY SPORTS MAGAZINE

スポーツ推進だより

令和元年9月 No.134



上段：第25回岡崎市スポーツ・レクリエーション祭 (01.6.9)

下段：スポーツ推進委員愛知大会 (01.6.15)

スポーツ推進だより 目次

第25回岡崎市スポーツ・レクリエーション祭	2～3
スポーツ推進委員愛知大会	4
スポーツ大会のご案内	5
・第66回岡崎市民体育祭	
・第20回岡崎市スローピッチソフトボール交歓会	
・第34回学区交歓ソフトミニバレーボール大会	
第1回全体研修会	6
Area report (井田学区)	7
第66回市民体育祭学区テント位置図	8

岡崎市スポーツ推進委員連絡協議会

第25回 岡崎市 スポーツ!

令和最初となる第25回岡崎市スポーツ・レクリエーション祭は、例年の岡崎中央総合公園体育館の施設改修工事のため六名の岡崎市体育館にて、6月9日（日）に開催されました。

場所の制約上、種目もソフトミニバレーのみで、いつものスポレク祭とはかなり異なる形となりましたが、岡崎市長、市議の皆さん等を来賓に迎え、賑々しく開会しました。

ソフトミニバレーだけって、2月の大会と何が違うの?と思われがちですが、学区選抜の競技色の強い大会と違って、クラブチームがほとんどで、今年は男女混合チームが25チーム233名、女性チームが48チーム461名の参加を頂きました。

チームの名前もとてもユニーク。プレースタイルも何となくおおらかでのびやかに感じました。

スポーツやレクリエーションは本来『余暇の過ごし方』や『気晴らし』の意であると言われていますが、今年の単独種目開催で選手の皆さんの歓喜や喝采によりその色合いを感じました。

ところで、昨年度より行われるようになった『男女混合の部』は今まで行われてきた『女性の部』とはどこが違うのでしょうか? 最大の違いは、男性には自分のコート中央に引かれたアタックラインより後ろでしかジャンプしてボールを打つ事が認められていない事だと思います。これにより、強い打球を打つ事が出来ず女性でもレシーブする事ができ、男女の力の差もほとんど感じることなく楽しむことができます。

男女混合の部に参加された方にお話を伺ったところ、『アタックラインのルールはゲームを面白くするので、とても良かった。』と高評価でした。

来年も参加していただけると幸いです。



ツ・レクリエーション祭

羽根学区 服部 将義 竜美丘学区 山崎 真紀



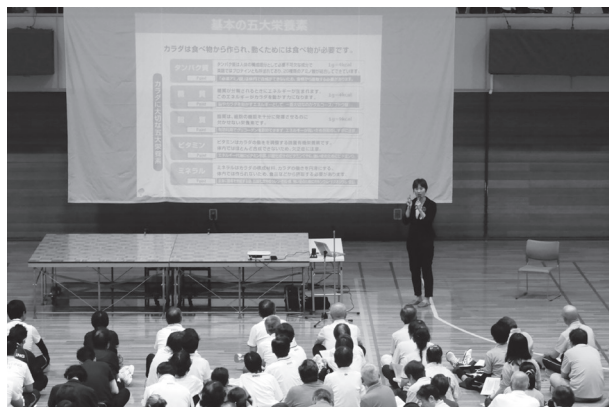
朝早くから準備、運営、後片づけと大忙しだった事業部、並びに岡崎市スポーツ振興課の皆さん、お疲れ様でした。

🏰 ソフトミニバレーボール 各コート 1位

コート	Aコート	Bコート	Cコート	Dコート
混合の部	nights	アインツドライ	北野トマト	岡崎爆笑族
コート	Eコート	Fコート	Gコート	Hコート
女性の部	ワイルドボワーズ	Happiness	Wednesday	QP〜ず
コート	Iコート	Jコート	Kコート	Lコート
女性の部	Oクローバー	ピーチーズ	Zoo	グリーンアイ

令和元年度 スポーツ推進委員愛知大会

豊富学区 吉田 洋子



令和元年度スポーツ推進委員愛知大会が、6月15日（土）に日本ガイシスポーツプラザにて開催されました。愛知県内のスポーツ推進委員950名以上の方々が参加し、岡崎市からは16名の方が参加されました。

大会は、講座と実技研修の2部構成で行われました。まず講師の大塚製薬㈱名古屋支店ソーシャルヘルス・リレーション担当の係長 田中涼子さんによる「スポーツと栄養」について講座が行われました。

内容は以下の通りです。

基本の五大栄養素としてたんぱく質・脂質・ビタミン・ミネラル・糖質が挙げられること。適度な運動を行い、バランスの良い食事、適切な水分量を摂取することが体の調子を整える上で重要であること。適切な水分摂取方法を行うことで熱中症対策になること。水を飲むだけでは、体液の濃度を下げてしまい筋肉の損傷にもつながってしまうため、量と濃度、いつ摂取するかが重要であること。運動を始める30分前、運動中、運動前後に水分を摂取することで筋肉痛の軽減につながる。これらのことは、スポーツを支援する私たちにとって、とても有益な情報となりました。



次に、講師の株式会社ONZiii Act代表 長谷川昌弘さん、株式会社ONZiii Act BodyLab カラダカクメイ副代表袴田大介さんから「ピラティス～体の仕組みを学び感じる新時代エクササイズ～」について実技研修が行われました。

株式会社ONZiii Actさんは安城市にあり、通所介護、地域リハビリ支援活動を中心としており、「楽しみながら健康増進をはかり、イキイキとした暮らしで歳を重ねる」を事業方針とされていました。

イキイキとした暮らしで歳を重ねるための要素とは、社会生活・運動・睡眠・食事・楽しみであり、カラダの仕組み・構造を知ることによって健康的な生活をできることにつながることが分かりました。また、実技として行った肩甲骨を中心とした動きは手軽にできるものでありながら、体が軽くなりすっきりすることができました。

今回の講座、実技研修を通して学んだことを、スポーツをする楽しさ・意味とともに地域の方々に伝えていくことが、私たちスポーツ推進委員の役割だと思いました。



スポーツ大会のご案内

第66回 岡崎市民体育祭

令和元年10月13日(日)雨天中止 岡崎中央総合公園球技場



役員・選手整列 8:45
 開 会 式 9:00
 中学生男子800mリレー(200m×4人) 9:25
 中学生女子400mリレー(100m×4人) ... 10:05
 小学生男子400mリレー(100m×4人) ... 10:30
 小学生女子400mリレー(100m×4人) 10:55
 玉入れ競技(1学区15人) 11:20
 ***** 昼 食 *****
 まめ吉体操・防犯キャンペーン
 バージャンプ競技(1学区14人) 12:30
 障害物600mリレー(100m×6人) .. 13:10
 年齢別混合800mリレー(100m×8人) ... 14:00
 閉 会 式 14:45

第20回 岡崎市スローピッチソフトボール交歓会

令和元年11月3日(日) 雨天中止 岡崎中央総合公園球技場



第34回 岡崎市学区交歓ソフトミニバレーボール大会

令和2年2月9日(日) 岡崎市体育館



第1回 全体研修会

大樹寺学区 高橋 建一 本宿学区 柴田 ユカ

令和元年6月23日（日）に岡崎市スポーツ推進委員連絡協議会の第1回全体研修会が花園体育センターで、役員・研修部員を含め66名が参加し、開催されました。天候にも恵まれ予定どおり、ファミリーバドミントン・ドッチビー・ティーボールを研修しました。3チームに分かれ、ファミリーバドミントンとドッチビーは体育館で、ティーボールはグラウンドで行いました。



■ ファミリーバドミントン

ラケットの柄が短く「ここでスイングすれば返せる」というところで振っても空振りしたり、力の入れ加減が足りずサーブも最初のうちは入らなかったりしましたが、だんだん慣れてくるとラリーが続き、とても楽しくなりました。

他の二種目で体力を使ってしまった方もいたようでしたが最後まで力を振り絞っていました。

■ ドッチビー

ボールの代わりにフリスビーを投げるのですが、なかなか自分の思っているところにうまく飛ばず、敵に渡す形になってしまったり、フリスビーが2つになったときは投げても後ろを気にしていなくて当てられるというハラハラする場面もありましたが、それでもみなさん笑顔で時には真剣な眼差しで汗を流していました。休憩中「童心に帰ったよー」という声も聞こえてきました。



■ ティーボール

ティーの上においてあるボールを打つだけでも、やり慣れていないと、遠くになんてとてもじゃないけど飛ばせません。でも、野球やソフトの経験者はお見事でした。打てば外野フェンスの近くまで飛んでいったり、守備となれば抜群のボールさばきでアウトを取ったり…

今回始めて参加しましたが、初めましての方たちとハイタッチをしたり、励ましの声を掛け合うことができ、改めて体を動かすことの楽しさを実感しました。



AREA REPORT

学区紹介

天野 裕二

地域と学校が一体となったふれあいのまち井田

井田学区スポーツ行事

- 5月 学区大運動会
- 6月 親睦ソフトミニバレーボール大会
- 7月 親睦ソフトボール大会
- 10月 市民体育祭
- 12月 男女混合ソフトミニバレーボール大会
ニュースポーツ体験会
- 2月 親睦グラウンドゴルフ大会

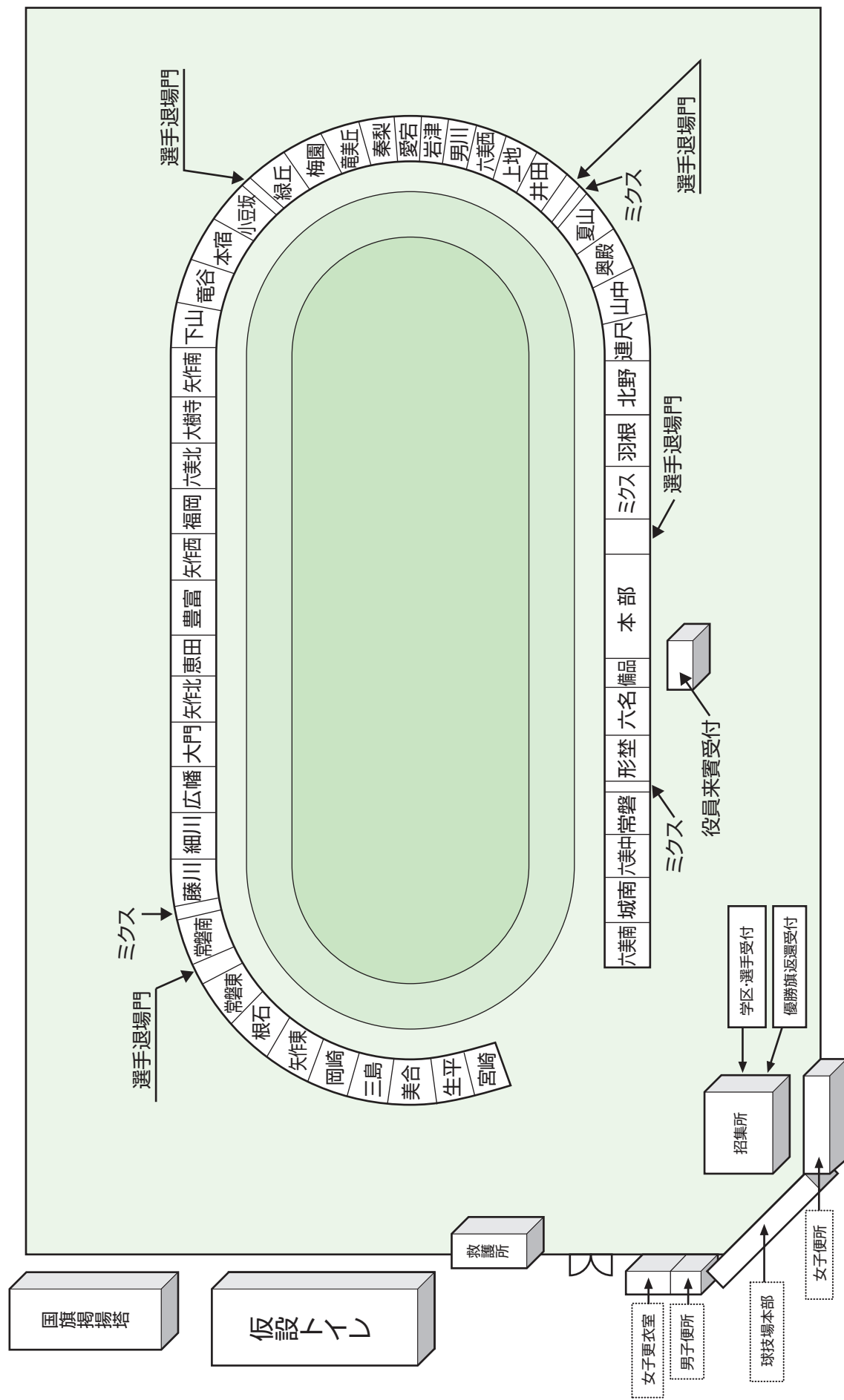


井田学区は、人口約18,500人、井田小児童数も1,150人を超える岡崎市で一番大きな活気ある学区です。社教委員会が中心となって、スポーツ行事や文化行事を企画、運営し、学区民のふれあい活動を推進しています。学区大運動会は、井田小と地域とが一緒になって実施します。1,100人を超える児童と学区民が集結する運動会は圧巻です。学区オリジナルのわんぱくレースでは、リム回しやびん釣り、竹馬などを織り込み、スピードより技量の差が出る楽しい競技となっています。午後の競技の前には井田小金管バンド部とバトン部、諸団体による交通安全パレードを行い、学区内の事故撲滅をPRします。6月に行うソフトミニバレー大会は、市大会代表選考大会になります。若年者から高齢者まで幅広い方々が出場しますが、その年齢差を感じられない熱戦が繰り広げられます。今年の決勝戦では激しい打ち合いや粘り強い守備力で両チームが一步も引かない緊迫した戦いとなり、勝負が決まった瞬間、観戦していた人たちから惜しめない拍手が送られました。7月のスローピッチソフトボール大会は真夏の大会となりますが、その暑さを吹き飛ばす熱戦が繰り広げられます。スローピッチは若手から年配、女性までプレイできるため、普段ソフトボールをやらない人も参加でき、コミュニケーション形成に一役買う競技になっているようです。この大会の優勝チームは9月のブロック大会に進み、市大会への出場権を争います。12月にはソフトミニバレー同好会主催で男女混合ソフトミニバレー大会が開催されます。大会ではさすがに男性の打ち込みには制約が加えられますが、その分、男性が女性を支えるチームプレイの出来が結果につながる大会になっています。また12月にはレクリエーションスポーツを体験してもらうニュースポーツ体験会を開催。近年はファミリーバドミントンやミニテニス、ペタンクなどを体験してもらいました。この体験会を通し、各区のスポーツ行事に取り入れてもらい、学区のコミュニケーションづくりに活かしてもらえると嬉しいですね。2月に行うグラウンドゴルフは、総代会や老人会など諸団体の方々や社教委員のみなさんの親睦と年間活動の慰労を兼ねた行事として実施します。日頃は諸行事の主体となっているみなさんがプレイヤーとなり、和気あいあいと親睦を深めてもらっています。

井田学区のスポーツ行事は大規模学区である分、その運営には苦労しますが、毎回、携わる方々の協力で円滑に運営できています。こういった活動が地域活性化と学区民のコミュニケーション向上につながり、益々ふれあいに満ちたまちになることを願います。



第66回 岡崎市民体育祭 学区テント位置図



発行 ● 岡崎市スポーツ推進委員連絡協議会
編集 ● 岡崎市スポーツ推進委員連絡協議会広報部
事務局 ● 岡崎市社会文化部スポーツ振興課 (TEL23-6363)
ホームページ ● <http://www.city.okazaki.lg.jp/1550/1556/281500/p021076.html>

古紙パルプ配合再生紙使用