

スポーツ推進だより

平成31年3月 No.132



上段：西三河地区スポーツ推進委員実技研修会 (30.11.3)
下段：矢作ブロック研修会 (30.12.9)

スポーツ推進だより 目次

広報部 report 常磐南学区レクスポ大会	2
矢作西学区ジョギング大会	3
西三河地区スポーツ推進委員実技研修会	4
全国スポーツ推進委員研究協議会	5
矢作ブロック研修会	6
Area report (豊富学区)	7
東海四県スポーツ推進委員研究大会	8

常磐南学区 「常磐南学区レクスポ大会」

常磐南学区 稲田 元昭

平成30年11月18日（日）9時より、常磐南小学校体育館にて、常磐南学区レクスポ大会が開催されました。

常磐南学区は、市の山間部に位置し、人口も約1,400人と岡崎市の中でも小さな学区となりますが、近年、学区内に団地も造成され、子供の数も増え、活気を取り戻してきています。



レクスポ大会当日は、楽しみながら体力を測定し、点数を付けて、自分の体力年齢がどの位か知ってもらおうという趣旨の元、小学生から60代の大人まで、総勢、約70名の体力に自信のある方に集まっていただきました。測定は、①背中で握手（肩の柔軟性）・②回転ジャンプ（瞬発力）・③片足立ちで静止（バランス）・④空中で数字書き（持久力）・⑤つま先にタッチ（体幹部脚部の柔軟性）・⑥手足をつけずに寝返り（巧緻性）・⑦マッチ棒拾い（筋持久力、バランス）・⑧握力測定・⑨長座体前屈・⑩立ち幅跳び計10項目の測定を行いました。

普段、何らかのスポーツや運動習慣があり、余裕のある人もいましたが、多くの人は、体力の衰えや、自分の体の硬さに驚き、体育館内に笑い悲鳴が交差しながらの測定となりましたが、測定結果に一喜一憂しながらも、自分の体力を再認識し、今後の運動習慣について考える良い機会になったと思います。

常磐南学区も、他学区と同様に少子高齢化の進行が著しい学区ではありますが、今後も子供から高齢者まで年齢を問わず、楽しみながら参加できるようなスポーツ行事を取り入れ、スポーツに関心を持ってもらい、地域の活性化にも貢献できるような活動を行っていききたいと思います。



Report

矢作西学区
「矢作西学区ジョギング大会」

矢作西学区 江濱 崇

今回は矢作西学区で初めて開催されました「みんなでたのしい ジョギング大会」について報告します。

矢作西学区では、体育振興会とスポーツ推進委員が協力をして地区活動をしています。資源回収後の多くの住民が集まったあとに気軽にスポーツができるのではないか…ということで、平成30年11月18日にジョギング大会を開催しました。

参加者は、ベビーカーに乗ったお子さんから70歳代までの老若男女66名が集まり西部地域福祉センターから矢作西小学校の1.5kmほどのコースを走ります。

当日の天候は、日差しは強めでしたが風はない温かい日で絶好のジョギングコンディション。総代会長さんのスタートの合図でみんな一斉に走り出しました。

ジョギング大会ですので、走るペースは皆さんまちまちで、勢いよく走り出す小学生から家族そろって走られる方など、みなさんが楽しんでいました。



ある参加者の方は「走り終わったあとの達成感は、ひとりで走った時よりあり、学区のいろいろな方々が参加されるので、交流もできた。」と言ってくださり地域交流の一助にもなったと思います。

けがや事故もなく治道での警備をしてくださった方や応援してくださった方など矢作西学区の皆さま方に感謝しております。これからも地域ぐるみでもりあがるイベントを開催していきたいと思っています。



平成30年度

広幡学区 山本 玲貴

西三河地区スポーツ推進委員実技研修会に参加して

11月3日(土) 碧南市臨海体育館、碧南緑地ビーチコート

秋晴れの11月3日(土)、碧南市スポーツ推進委員会ご協力のもと、碧南市臨海体育館と碧南緑地ビーチコートにおきまして、西三河地区スポーツ推進委員実技研修会が開催されました。

岡崎市の23名を含め西三河地区のスポーツ推進委員約200名が参加し、ファミリーバドミントンと6人制ビーチバレーの2種目を実技体験しました。また、西三河地区スポーツ推進委員15年・5年表彰もあわせて行われ、岡崎市からは15年表彰は4名、5年表彰は14名のみなさんが受賞されました。おめでとうございます！



受賞者名簿

15年表彰 成瀬 真(岡崎)、柴田耕治(愛宕)、島田加代子(大門)、鈴木富雄(六ツ美北部)

5年表彰 安藤博康(美合)、北村裕直(緑丘)、服部将義(羽根)、岩月史佳(六名)、山崎真紀(亀美丘)、渡辺 恵(広幡)、渡辺智志(福岡)、東浦至孝(竜谷)、畔柳 稔(本宿)、吉川英治(岩津)、村山正司(矢作東)、吉田洋子(豊富)、横山 誠(宮崎)、鈴木卓夫(形埜)

開会式を行なった碧南市臨海体育館でファミリーバドミントン、2km離れた碧南緑地ビーチコートで6人制ビーチバレーの二手に別れて実技研修が行われ、私は6人制ビーチバレーに参加しました。

碧南市では、3年前に某自動車衣浦工場にビーチバレーボール部が発足したのをきっかけに、「ビーチスポーツを盛んにしよう！」とビーチコートを新設し、今年7月1日(日)にオープンしました。東海地区で初めてオーストラリア産珪砂を1,600トン敷いた国内最大級の魅力ある施設です。

砂は真っ白く、サラサラなので体にくっつきにくく、真夏でも熱くならないそうです。ビーチバレーで6面、ビーチサッカーで2面取れる大きさがあり、その他ビーチテニス、ビーチハンドボール、スラックラインなど多彩な競技が開催できます。8月にはビーチハンドボールの全日本大会が開催され、来年にはビーチバレーの国際大会も計画されているそうです。

ビーチコートに到着した私たちは、早速靴下を脱ぎ、ズボンをまくって砂の感触を味わいます。なるほど、すごく真っ白でキラキラしていて足の裏がヒンヤリ気持ちいい！！手に持ってもパウダースノーのようにサラサラとこぼれ落ちます。6面のビーチバレーコートは横に並び真新しいネットとポールが奥まで伸びて美しいです。周りを見回すと参加者のみなさんが童心に返ったようにワイワイ楽しそうです。

そうなんです。体育館で行うバレーボールと基本的には変わらないのですが、青空の下、砂の上、裸足になると、それだけで楽しいんです。もちろん砂の上ですから、ジャンプしても横に動いても全く思うように動きませんし、届くと思ったボールでも伸ばした腕の遥か向こうに落ちたりします。

今回は碧南市のオリジナルルールで1セット10分を5分に分けてコートチェンジを行いましたが、5分がメチャクチャ長く、メチャクチャ疲れました。しかし、どんなに転んだって飛び込んだって痛くなく、足をひねる事もありません。ルールさえ調整すれば、老若男女、安全で楽しく行えるスポーツだと実感しました。何より、外で駆けまわって理屈抜きで楽しいですよ。

今回は細かなルールは割愛しますが、碧南市は時間をかけ苦心されてオリジナルルールを作られたようです。おかげで適度な疲労感と楽しさを味わうことができました。碧南市の公共施設予約案内システムに登録すれば、ビーチバレーコート1面を800円/2時間で利用できるそうです。個人的に、学区で企画して、また来たいと思う気持ちよくリフレッシュできた研修会でした。

第59回 全国スポーツ推進委員研究協議会

羽根学区 関 浩

平成30年度全国スポーツ推進委員研究協議会が鹿児島市の鹿児島アリーナで11月15日(木)、16日(金)の2日間で開催され、杉山会長と鈴木富雄副会長の3人で参加をしました。本研究協議会は、「スポーツの力で輝く未来！」～明治維新150周年！スポーツに新たな風を鹿児島から～をテーマに開催されました。

多様な人々が、スポーツにおいてそれぞれの関心や適性に応じて主体的、継続的にスポーツ活動に親しみ、スポーツを通して強い絆で支え合うことのできる活力ある社会づくりを目指す上で、地域スポーツのリーダーであるスポーツ推進委員はその役割を果たすことが求められています。そこで、生涯スポーツの担い手でもあるスポーツ推進委員が果たすべき活動の方向性について、全体のシンポジウムはじめ4つの分科会において協議が行われました。全国各地から約3,500名の参加者がありました。鹿児島県実行委員会 大田黒博会長の開会の言葉で始まり、文部科学大臣表彰84名、優良団体39団体、スポーツ推進委員表彰282名等が行われました。わたくしも岡崎市の仲間の皆様のお陰で30年勤続表彰を受けることができました。関係者始めスポーツ推進委員の皆様に感謝を申し上げます。

開会式終了後は記念講演があり、講師はアテネオリンピック金メダリスト柴田亜衣さんでした。競泳女子800メートル自由形で金メダルを取った体験をお話いただき、スポーツ指導者としての指導に大切なことは「楽しむこと」、そして、あわてず、あせらず、あきらめず、リラックスが必要だということ。また、水泳を通して1.目標を持つこと、2.他人と比較しないこと、3.いつかはそうなる、いつかはそうなる、の以上3点を学んだそうです。

2日目は「スポーツで輝く未来を楽しく！」～地域の課題を解決するスポーツクラブの実現を目指して～をテーマに、第一分科会に参加しました。コーディネーターは早稲田大学スポーツ科学術院教授 作野誠一氏、発表者は、鹿児島NPO法人SCC理事長太田敬介氏、長野県一般社団法人たかぎスポーツクラブ理事 上杉健太氏、埼玉県社団法人ふじみ野ふぁいぶるクラブ理事長篠島幹昌氏で行われました。



2日間勉強させていただいて、地域総合型クラブで成功をおさめているクラブの割合はまだまだ少なく感じました。また、岡崎市スポーツ推進委員の役割として地域スポーツのコーディネーターとしての役割が大切であることを痛切に感じました。市民の皆様には、岡崎市スポーツ推進委員にご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

矢作ブロック研修会

北野学区 重森 誠一

平成30年12月9日（日）に矢作ブロック研修会が北野小学校体育館にて開催されました。当日は朝早く寒い中、北野学区社教委員長の市川功様をはじめ、矢作ブロック5学区（矢作東学区・矢作南学区・矢作西学区・矢作北学区・北野学区）からスポーツ関係者各12名とスポーツ推進委員研修部の皆さん・矢作ブロックスポーツ推進委員の皆さんに参加していただき研修会を行いました。

研修を始める前に開講式を行い始めにスポーツ推進委員連絡協議会杉山会長の挨拶をいただき、次にスポーツ推進委員天野研修部長の挨拶をいただき、続いて北野学区社教委員長の市川功様より心あたたまご挨拶をいただいた後、研修会に入っていました。

今回の研修会は、「ミニテニス・ファミリーバドミントン」の2種目の研修を15人ずつ4つのグループに分かれ行いました。ミニテニスを吉田・柵木両推進委員に実技指導を行っていただき、ファミリーバドミントンを畔柳・野林両推進委員に実技指導を行っていただき進めていきました。今回の2種目は矢作ブロックではほとんどの学区が未経験の為、参加者の皆さんは各講師のルール説明を熱心に聴いている姿がみられました。



ミニテニス

ミニテニスでは、講師のルール説明後、研修部の方によるデモンストレーションを行い良い例・悪い例を解り易く教え込みを行い、その後、参加者の皆さんに実践でプレーしてもらいました。実際にプレーしてみるとなかなかサーブが入らなかったりボールが軽い為思うように飛ばなかったり苦戦している方もみえましたが、何回も何回も実践していくうちにコツをつかみ上手にプレーできるようになり参加者の皆さんも楽しんで取り組んでいました。

ファミリーバドミントン

ファミリーバドミントンも同様で講師のルール説明後、研修部の方によるデモンストレーションを行い、その後、参加者の皆さんに実践でプレーしてもらいました。普通のバドミントンとは違い打ち込んで反則を取られてしまったり、後衛の方は打った後サービスラインを踏んでしまい反則を取られたりと苦戦している方もみえましたが、実践でやって行くうちにルールになれて和気あいあいと楽しんで取り組んでいました。



最後に質疑応答を行い、参加者の方から解り易く教えていただき、楽しく充実した研修会でしたという声をいただきました。また、是非、学区に持ち帰り学区で取り入れてやりたいと言う嬉しいお言葉もいただきました。短い時間ではありましたが怪我もなく無事に終了することが出来良かったと思います。

参加していただいた各学区の方々、岡崎市スポーツ振興課事務局の皆さん、スポーツ推進委員研修部の皆さん、矢作ブロックスポーツ推進委員の皆さんご協力していただきありがとうございました。



AREA REPORT

学区紹介

村上 伸一

楽しく、楽しく♪

豊富学区は市の東部、旧額田郡額田町の南部に位置し、第二東名岡崎東インターが出来た事で一気に大都会と化した学区です。しかしながら、蛍や鹿、猿とも仲良しな地域ですので、是非遊びにいらして下さい。

豊富学区では、地域選出のスポーツ委員さん、社教委員、スポーツ振興部と共に例年“ソフトミニバレーボール大会”“グラウンド・ゴルフ大会”に取り組み、昨年から新たに“ドッジボール大会”を開始し、チーム戦や観覧に来ていた親御さんを巻き込んだ、大人vs子供等、激しくも楽しいイベントを成功させる事が出来ました。また“学区運動会”“盆踊り大会”“鳥川ホテルの里山歩き”に地域協力させて頂きました。

参加者の喜ぶ表情がはっきり伝わって来た事で、役員にとっても成長と達成感を感じるイベントとなりました。しかし、参加された方が後日『骨折していた』と噂で聞くような事があり、直接伺ってみると『恥ずかしい』『せっかく楽しませてもらったので迷惑をかけたくない』『保険がある事を知らなかった』との事でした。その時始めて保険の適用や連絡方法についての説明を怠っていた事に気付く、申し訳ない気持ちになりました。無事故の運営の難しさを痛感しましたが、各員の役割や重要性を再認識でき、保険の適用について皆で勉強しなおしました。

各大会前には必ず“モーニングストレッチ”を行い、“保険の適用”についても声を大にして説明をするように改善しました。より良い運営を目指し役員一丸となって元気よく、活動に取り組んで参ります。



第66回 東海四県スポーツ推進委員研究大会に参加して

岡崎学区 成瀬 真

平成31年2月1日(金)・2日(土)に第66回東海四県スポーツ推進委員研究大会愛知大会が、2,261名の参加により、豊橋市と蒲郡市において開催されました。岡崎市からは、杉山会長をはじめ21名参加しました。

一日目の全体会は、豊橋市総合体育館で、歓迎アトラクションとして藤ノ花女子高等学校マーチングバンド部「レッドペッパーズ」の華麗なダンスと息の合った素晴らしい演奏で幕を開けました。開会式に続き表彰式、今年は東海四県功労者として自分が表彰を賜りました。これも杉山会長をはじめ119名のみなさまのサポートがあったからと深く感謝しております。続いて、岩崎由純氏による記念講演がありました。演題は、「チームを活性化する言葉の力」スポーツ現場に学ぶペップトークとはでした。

ペップトークとは、「元気・活気・勇気を与えるトーク術」だそうです。例えば、これから試合に臨もうとしている選手に一言伝える場合は、「思いきり愉しめばいい」と、短く、分かりやすく、前向きでその気にさせる魔法の言葉で、ポジティブでなければならない。また、幼稚園児の跳び箱のVTRでは、どうしても10段が跳べない年中園児を「年長さん何とかしてあげて」の先生の一言に、年長全員が円陣を組み「できる」「できる」「できる」と勇気づけ、最後にみごと跳んだ場面には胸が熱くなりました。ペップトークを、スポーツ推進委員の活動の中で生かして行きたいと思います。

二日目は、3会場に分かれて研修発表が行われました。岡崎市は蒲郡市民会館大ホールの第1分科会「地域密着型の取組」に全員で参加しました。はじめに安城市の地域を元気に！地域が元気に！をテーマに発表がありました。その中で気になったのが、年2回刊行される「マイスポーツ安城」でした。4コマ漫画や学校学区の紹介、交流会や大会開催のアナウンスを町内会の回覧板と「広報あんじょう」に折り込みで市民の皆さんに届けることです。ひとりでも多くの人に周知されていることは非常に良いことだと思いました。それから、ラジオ体操の第3の紹介には驚きました。

次に豊山町の「小さくてきらり輝くまちづくり」をテーマに発表がありました。男女各3名の6名で活動されており、すごくチームワークの良さを実感しました。工夫を凝らしたミニテニスの紹介の寸劇は楽しく拝見させていただきました。さわやか体操の実演では、単なる座学ではなく受講者に飽きさせないところが良かったと思いました。

講演会や分科会で得た経験を今後のスポーツ推進委員の活動に生かして行きたいと思います。また、私もあと何年勤めることが出来るか分かりませんが、スポーツ推進委員の活動を次の世代にしっかりと伝えることが最後の役割と思っていますので、どうぞよろしくお願い致します。



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・バブル配合再生紙使用