

一宮スポーツ推進委員だより

題字 一宮市長 中野正康 平成31年3月 第15号

発行 一宮市スポーツ推進委員連絡協議会

一宮市ニュースポーツフェスティバル2018

10月8日(祝) 一宮市総合体育館ほか

10月8日、体育の日に毎年恒例の一宮市ニュースポーツフェスティバル2018が、盛大に行われ、昨年以上の方に参加していただきました。なかでも、三世代でひとつの種目を何度でも挑戦し、めいっばいの笑い声や、応援する姿が、印象に残りました。

ご自身の健康管理に、このニュースポーツフェスティバルで、いろんなスポーツを体験していただき、継続できるスポーツを、選んでいただけるきっかけができるのであれば幸いです。

また、子供達がスポーツクラブの仲間と一緒に、新しいスポーツに興味深く真剣に、取り組んでいる姿も、なかなか微笑ましかぎりでした。

今は、高齢化に子供の運動能力の低下といわれております。この機会に、ひとりでも多くスポーツの楽しさ、人と人の繋がりを感じていただき、身体も心も健康になれる方が増え2019年度も、より一層たくさんの方に参加していただけるよう望みたいと思います。



室内ペタンク



クロリティー



パークゴルフ

平成30年度 『夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会』

7月23日(月) 一宮市立富士小学校 運動場



7月23日(月)午前6時30分より、一宮市立富士小学校運動場にて『夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会』が一般参加者1,100名(スポーツ推進委員47名)が参加し行われました。

グラウンドいっぱいに整然と列を成し並んだ参加者の姿と、先導してくださるNHKの体操のお姉さんの凛とした声としなやかな模範演技の美しさに圧倒されながらも刺激され、会場の雰囲気は最高潮！一宮の快晴の空の

下より、ピアノの生演奏に合わせ、参加者全員で『ラジオ体操の歌』をうたい、元気な挨拶の声をラジオ放送の電波に乗せ、全国に爽やかな朝を届けました。

ラジオ体操は、その一つ一つの動きが、全身の筋肉隅々まで丁寧に解し、鍛え、錆びない身体を造ります。この国民的体操を、自分も日々実践し、色々なスポーツの場面で、動きのポイントをしっかりと伝えながら、健康づくりのお手伝いをしていきたいと改めて思える機会になりました。さあ～、実践有るのみ！



平成30年度 スポーツ推進委員愛知大会

6月16日(土) 日本ガイシスポーツプラザ



平成30年度スポーツ推進委員愛知大会が日本ガイシスポーツプラザで開催されました。

最初に研修講座で、夏に向けて効果的な水分補給と栄養摂取を目的とした「運動と栄養」というテーマで、講師に大塚製薬(株)名古屋支店の梅澤香織氏を迎えてお話を聴きました。一つ目は、朝食の重要性です。朝ごはんは、脳と体を目覚めさせ、疲労の予防になり、バランスよくとると、集中力が上がるので仕事ははかどります。二つ目は、運動して汗をかいたら、水分だけの補給よりも、イオン飲料や経口補水液が適しています。熱中症の救急搬送で愛知県は全国3位と高めのランキングですので、皆さん気をつけましょう。

その後の実技研修では「流れのよいカラダを目指して」ということで、サルサダンスのインストラクターでボディメイキングトレーナーの磯部有記枝氏を迎え、体を動かしました。トレーナーの磯部さんは、背すじがピシッと伸びて、入場の歩き方も、つま先から颯爽と格好よく歩く方で、きれいでステキな方でした。始めに2人でペアになって、ふつうに真っすぐ立って、お互いゆがみがないか確認しました。無意識だと頭が左右どちらかに傾いている、肩が上がっている、下がっているなど、気づくことがいろいろありました。

最近のスポーツは「体幹」ということを皆さん意識されて体を鍛えられますが、まさに体のブレることなく、軸を念頭におくことが必要だと改めて感じました。その後は、全体の半分ずつ別れてウォーキングや、男女ペアになって曲に合わせてダンスを踊りました。頭で思うように体が動かないので変な動きになっておもしろかったです。

とても貴重な体験になりました。今後の活動に生かせたら…と思います。



実技研修講師 磯部有記枝 氏

平成30年度 愛知県スポーツ推進委員研修会

9月29日(土) 新城文化会館

愛知県スポーツ推進委員研修会が新城文化会館で開催されました。一宮市から33名のスポーツ推進委員が参加し、表彰式において10年表彰を10名が受賞しました。

講演では日本福祉大学スポーツ科学部長、藤田紀昭氏による「障害者スポーツの振興とスポーツ推進委員にできること」と題し、障害者スポーツとスポーツ推進委員に関する問題や資質向上を図るお話をいただきました。

肢体不自由、視覚、聴覚、知覚、発達、精神等障害の受け入れ体制、施設のあり方、健常者と一緒に楽しめるスポーツ、レクリエーションなどの諸問題があるなか、障害者スポーツの近年の状況、競技の種類、スポーツ推進委員のあり方、障害のある人とのかかわり方を学習しました。



☆10年表彰 左から小島・萩原・服部・岩田



講師 藤田紀昭 氏

障害者スポーツについては、これまでも様々な研修会でテーマとして取り上げられてきましたが、講演の最後に「障害者スポーツにおいて正しい答えはありませんが、出来る限り良い答えを常に考えることが重要」と助言していただきました。私達はこの講演を通し、障害者スポーツにも積極的に取り組んでいきたいと思いました。

☆10年表彰	足立好男(宮西)	森 克典(貴船)
	三柳 学(西成)	岩田利加子(浅井町)
	安藤孝俊(奥町)	服部久美子(萩原町)
	伊藤ひろみ(千秋町)	小島菜菜子(小信中島)
	山田洋平(大徳)	萩原基一(朝日)

平成30年度 西尾張地区スポーツ推進委員研修会

10月27日(土) エナジーサポートアリーナ(犬山市体育館)

西尾張地区スポーツ推進委員217名(うち一宮市30名)が出席して行われました。

開会式後の表彰式では、15年以上勤続と5年以上勤続の表彰が行われ、一宮市からは、福井万寿夫(木曾川町)と越野さとみ(開明)が15年表彰を、佐藤洋美(葉栗)が5年表彰を受賞しました。被表彰者の名前が呼ばれるたび、出身自治体のメンバーから「おめでとう！」の掛け声が掛かり、和やかな雰囲気の中で行われました。

続いて、全日本男子柔道監督で、東海大学体育学部准教授・2000年シドニー五輪男子柔道100キロ級金メダリストの井上康生氏を講師に迎え、「夢や目標に向かって」と題して講演が行われました。井上先生自身も仰られていましたが、話をする方も聞くほうもジャージ姿でしかも「体育座り」、非常に珍しいリラックスした中で始まりました。

昨今、「スポーツの指導とパワハラ」が問題となる中、2012年ロンドン五輪男子柔道金メダル「0」の惨敗



から、2018年バクー世界選手権金メダル7個と復活させた指導に、非常に興味を持って聞く事が出来ました。現役時代に比べ、スリムにより精悍になられた容姿と、「格闘家=無口で口下手」のイメージから、体育会系の指導を想像しましたが、目標を定めて、それに向かいコンピュータを駆使し、国内外の選手を分析しながら、対話を重視した指導方法をしていると聞いて、仕事にも通じるものを感じました。また、講演後の記念写真にも気軽に応じて頂き、その人柄にファンになってしまいました。

今回の研修会参加者にとって、2020年の東京五輪柔道は、選手以上に監督に注目が行く大会になるのでは?と思いました。



☆15年表彰 左から福井・越野

第59回全国スポーツ推進委員研究協議会 鹿児島大会

11月15日(木)・16(金) 鹿児島アリーナほか

第59回 全国スポーツ推進委員研

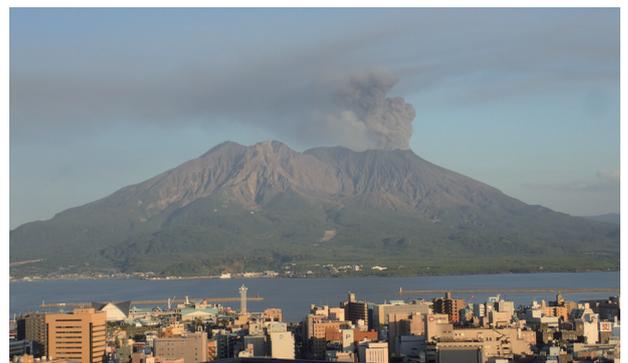


11月15日・16日に第59回全国スポーツ推進委員研究協議会が、3,450名の参加を得て鹿児島市で開催されました。

会場の「鹿児島アリーナ」では「スポーツの力で耀く未来！」を大会テーマに掲げ、文部科学大臣表彰を始めとする表彰式、アテネ五輪女子800m自由形の金メダリスト柴田亜衣氏の講演、大学教授等スポーツの専門家を迎えてのシンポジウムと、盛り沢山の内容でした。

柴田亜衣氏の講演の冒頭、2004年アテネ五輪で金メダルを獲得したレースが映し出され、15年前テレビ観戦した時の感動が蘇りました。「水泳と私」と題した講演では、3才から水泳を始めオリンピックで金メダルを獲得するまでのご自身の体験を話されました。「絶対にオリンピックに出たい。」という思いよりも、その時々立てた目標を一つずつ達成して行った結果、金メダルが獲得できたということでした。とかく大きな目標に目が向きがちですが、目の前の小さな目標の積み重ねの大切さを感じさせられる内容でした。また、水泳を通して学んだこととして、「目標を持つ」「他人と比較しない」「好きな気持ち」の3つを挙げられました。スポーツに限らずどんな時にも大切な事だと思いました。

今回は、前日に噴火した桜島を目の当たりにし、鹿児島の大自然を体感した印象に残る大会でもありました。



各地のスポーツ紹介

ぜひ参加してください!

『大志ショートテニスクラブ』 (大志連区)

私達、「大志ショートテニスクラブ」は、毎週火曜日の午後7時半から9時まで大志小学校屋内運動場で練習しています。会員数は16名で、40歳から70歳くらいまでの方で構成されたクラブです。出席率が高いです。

今まで運動習慣は無かったけれど、定年を機にスポーツを始めたという方も、メキメキと上達されています。『人は何歳からでも成長出来る』これは間違い無いです。

健康維持の為、コミュニケーションの為、試合で勝つ為など、目的は皆さん違いますが、和やかな雰囲気の中、楽しく練習しています。

若い方にも是非入会して欲しいです。まずは一度体験されませんか？興味のある方は一度見学に来てください。



『富士少年野球クラブ』 (富士連区)

富士少年野球クラブは富士小学校に通う児童達が、「心を一つに全員野球!」をスローガンに、毎年夏に行われる一宮市民学童軟式野球大会の優勝を目指し、練習に励んでいるチームです。



土曜日、日曜日には富士小学校で試合が行われることもあるので、ぜひ元気な子供達を応援しに来てください!



『日本武道連盟空手道 観心会』 (起連区)

『日本武道連盟空手道 観心会』は、水曜日不起小学校屋内運動場で午後7時から、土曜日は尾西第二中学校武道場で午後8時から稽古をしています。

私たちは、試合に勝つためや、強くなるためだけの稽古をしていません。自分の体と対話し、その体を使って空手の技術を研鑽していくことを目的としています。それにより、自分に自信をつけ、人生をより豊かに生きることを目指しています。

空手道に興味のある方、体を鍛えたいと思っている方、お子さんに空手を習わせたいと思っている保護者の方、一度見学しに来ませんか。お待ちしております。



『安原クラブ』(バレーボール) (小信中島連区)

『基本の上にはしか応用はない!』をモットーに、小中学生の年代にやるべきバレーボールに必要な基礎練習を行う場として活動しています。

毎週火曜日午後7時から9時まで小信中島小学校体育館で、体育館練習、各地招待試合などをカテゴリー別に分かれて、全員で前向きに日々頑張っています。

基礎の習得には時間がかかります。高いレベルを目指すには基礎練習が大切だと理解していただける方、小学4年生から中学1年生までの参加をお待ちしております。



第17回

いちのみやタワーパークマラソン

平成31年1月14日(祝) 一宮市光明寺公園球技場周辺



平成最後となった記念すべき第17回いちのみやタワーパークマラソンが県内外から6,447名が参加し開催されました。

今年は晴れ渡る青空の下、穏やかな天候に恵まれ、ジョギングではそれぞれの思いの仮装グループ、市民ランナーグループ、家族、車椅子ランナーなど走ることを通じてきずなを深め合いジョギングを楽しみました。マラソンでは自慢の健脚を競う選手、完走後の爽快感を共感する選手、様々な思いでゴールを目指しました。

参加者は、清流ながれる木曾川河畔沿いの自然を満喫しながら心地よい汗を流し、大会を終えました。

第18回大会は、2020年1月13日(祝)開催予定です。



参加者インタビュー



部 門	10kmマラソン 一般女子50~59歳	【優勝】
選手名	榎尾 園子さん (54歳)	【東郷町】

いちのみやタワーパークマラソンには毎年参加しています。

昨年は雨で大変でしたが、今年は天気が良くて、風も強くなく、気持ちよく走ることができました。

昨年も優勝したので今年も優勝できて良かったです。

来年もぜひ参加してください、そして3連覇目指してくださいね！
お待ちしております！！

部 門	1.5kmジョギング 親子の部	【一宮市】
選手名	手島 真理子さん・瑞葵さん	

一宮市内在住の親子、手島真理子さんと瑞葵(みずき)ちゃんにインタビューしました。

真理子さんは2回目、瑞葵(みずき)ちゃんは初めての参加。

恥ずかしがりやな瑞葵ちゃんでしたが、とても楽しかったと言ってくれました。

最後にピースサインで記念撮影！また来てね！



部 門	3kmジョギング 仮装の部	テーマ	一宮七夕!!あの夜をもう一度!	【金賞】
選手名	河合 なみ子さん・河合 順子さん・長谷川 知代子さん・牛田	貫汰さん・河合 真弓さん・丸山 佳志さん・牛田	美鈴さん・河合 琴音さん・美智子さん・掛村 京子さん・結菜さん	



優勝！2連覇！

8回出場し、2回連続やった～！

一宮七夕まつりをイメージし、荻野目洋子さんを中心に、8才から44才までのメンバー11名で、浴衣繋がりバカボンとバカボンのパパも参加しました。

来年も3連覇めざしてガンバッテください！

編集後記

ニュースポーツフェスティバル、タワーパークマラソン、各地区で行われているスポーツ教室等、気軽に、健康づくりができる催しがあります。大勢の人に参加していただけるよう広報活動に努めていきたいと思っております。
(木曾川町連区 四熊 麻由美)