

# クラブインフォメーション

平成 21 年 8 月

発行：鳥取県体育協会

TEL:0857-28-1288 FAX:0857-28-1399 E-mail:tottoriken@japan-sports.or.jp 第3号

## 研修会 報告

## 第2回鳥取県クラブマネジャー研修会



講師：長積 仁 氏

平成 21 年 7 月 12 日（日）、県立倉吉体育文化会館研修室において、第 2 回鳥取県クラブマネジャー研修会を開催しました。県内のクラブ関係者、地域のスポーツ関係者 15 名が参加し、講師に徳島大学の准教授・長積仁氏をお招きし、「クラブマネジャーの役割と資質」・「地域スポーツクラブにおけるマーケティングと経営戦略」についてお話をいただきました。まずクラブとはクラブを作るのが目的ではなく、夢を達成するための手段である。義務感ではなく、夢や楽しいと思えることを実行する。楽しさを提供して楽しくやる。そしてクラブマネジャーはクラブ員を結束させ、クラブの舵取り役、ビジョン（将来の構想）を明確にする人である。そして、**3つ**の能力が必要である。クラブの為に何を選択するのか。**【選択】**・何にエネルギーを集中させるのか。**【集中】**・クラブの理念や目的を達成するために必要な意志決定を下す。**【決断】**クラブ員の中で役割分担をして、1 人の人に寄りかからない事。クラブの存在をアピールするために色々な所に名前を載せる。クラブの強みと弱みを把握して、強みに対しては、どんな事業が出来るのか、弱みに対しては、どういう対処をするのか、クラブの特性と可能性を洗い出して「気づき」と「共通理解」を促す。その話し合いの時、「無理」・「出来ない」・「おもしろくない」という言葉を口にしない。建設的な意見を言いましょ！というお話でした。とても一生懸命で、エネルギー満ちた講演でした。



### ◇ 参加者の声 ◇



齊古 直樹さん  
(日吉津村教育委員会)

マーケティングの事など勉強になりました。今までは漠然としていました。既存組織でやっていか、新規でやっていかしか考えていなかった。ターゲット、目的をしばって行けば設立に向けていけるのではと思いました。



山脇 徹さん  
(八頭スピリッツ代表)

現在設立準備中のクラブです。今は総合型クラブのスタートが踏み切れていない状態ですが、今日研修に参加し講義を聞いて、設立に向けて気持ちを新たに頑張ろうという思いになりました。次回の会合の際スタッフと話し合ってみようと思います。

青谷スポーツクラブ主催の講演会に参加してきました。

### 講演会 参加報告

日時：平成 21 年 7 月 25 日（土）

午後 7 時～8 時半

会場：青谷町総合福祉センター

講師：本田 齊 氏

講演：「あなたは立ったまま靴下がはけますか？」



青谷スポーツクラブ主催の、シニア体力アップステーション開設記念講演会を聞きに行きました。講師は、「東郷湖メダカの会」会長の本田 齊氏で太極拳のすばらしさを語られました。本田さんが中国に行かれ、早朝の公園で太極拳をしている人の中で、104歳の男性が片足立ちで両手を上げて美しく立つ姿を見られました。太極拳は難しなかなか覚えられなかったのですが、あの姿が忘れられず、自分が年を取っても立ったまま靴下がはけるにはどうしたらいいか？ということを考えながらやり始められました。そうすると、一生懸命やることができ自然と覚えていったそうです。「太極拳は呼吸法に特徴があって、普段はやらない“腹式呼吸”をするので、心臓の強化にもなるし、頭の先から手の先まで動かすので、脳梗塞・脳溢血予防になると思っています。私は今、日曜日の朝 7：30～8：30まで太極拳をやっていますが、スッキリするし、一緒にやっている方からは“気”が出ていて、宇宙のエネルギーをもらえるので、疲れるどころか、元気をもらって帰っています。皆さんも、まず知ること、好きになること、そうすれば続けられる。そして友達がたくさんできると思いますので、まず勇気を持って第 1 歩を踏み出し、スポーツクラブなどで自分に合ったものを選んでやっていってほしい！」と話されました。本田さんの講演の後は、太極拳で病気を克服された方（大村 和子さん）のお話し、60歳を過ぎてから、水泳・太極拳・ダンスを始め、今 70歳を過ぎてでも継続されている方（脇坂 淑子さん）の体験談、太極拳講師の方（太田 えり子さん）による指導がありました。大村さんは、糖尿病を患ったが、太極拳を始めてから血糖値が安定している。脇坂さんは、車ばかり乗っていて体力が衰えるので太極拳を始めたら疲れにくくなって元気になった。と話されました。太田さんからは、椅子に座ってできる太極拳を 10 分程度教えていただきました。呼吸の仕方・手の動かし方など難しかったのですが、誰でも無理なく気軽にすることができますので、皆さんも何か自分に合うものを見つけて始められてみてはいかがでしょうかでしょう！

# クラブ訪問コーナー

中村です

田淵です



## 岩美総合型地域スポーツクラブ

平成21年7月13日(月)、岩美町民体育館で開催のドッジボール教室とエアロビクス教室を訪問しました。

クラブの連絡先

Tel: 0857-72-0526

E-mail: jyuju0329@yahoo.co.jp

私が指導しています！

ドッジボール風景



練習日：毎週月・木 たまに日曜日練習試合  
時 間：18:30～20:00  
会員数：小3～小6の17名  
(10名新規、7名柔道とかけ持ち)  
指導者：県ドッジボール協会員

監督の武田さんから檄の飛ぶ中、こまめに休憩・水分補給を取りながら1時間半の練習をこなしました。ランニング→ストレッチ→パス練習→試合形式での練習を汗だくになりながら、大会に向けて真剣な練習が行われました。小学生ながら、ボールの早さ・投げ方・俊敏な動き等、今まで見たことのあるドッジボールとは違っていました。大会に向けて“みんな！がんばれ～！”

辻 太司コーチ(27歳)  
2児のパパ

監督から声がかかり、運動も出来るし、子どもも好きなのでコーチを引き受けました。大人も子どもも、1からのスタートなので、ビデオを観てルールの勉強をしています。子どもを教えていて、こちらのほうが勉強させてもらっています。大会が近いですが、一生懸命出来て楽しければ勝敗はどちらでもいいと思っています。

チーム名：パワフルボンバース



【子どもの声】

- ・苦しい時もあるけど、楽しい！
- ・キャッチングを頑張りたい！
- ・大会に向け、取れるボールは積極的に取りたい！

【保護者：井筒 寿恵さんのコメント】

息子は小学校3年生です。学校にスポ少がなく、子どもがこのクラブのチラシを持って帰ってきて、「ドッジボールがやりたい」と言うので会員になりました。娘が家で留守番なので、息子を持つ間やりたいと思うスポーツがあれば一緒に参加してもいいかなー！

体育館の半面はドッジボール教室

もう半面はエアロビクス教室

私が指導しています！

エアロビクス風景



練習日：第2・第4月曜日  
時 間：19:00～20:00  
会員数：17名  
指導者：井上 陽子さん

今回3回目で、参加人数は11名でした。サウナ状態の体育館の中で、各自休憩を取りながら、軽快で楽しい音楽に合わせて、1時間汗を流されました。10代から50代の初心者向けの内容で、比較的緩い動きにしてあったようですが、やってみると“結構運動量あるなー”という感じでした。生徒さんが飽きないように、毎回、曲と動きを変えられているそうですが、「曲に合わせて動きを組み合わせるのはとても楽しい」と話される先生の表情はとても輝いていました。

講師：井上 陽子さん

有酸素運動30分・筋トレ15分・ストレッチ15分のメニューを組んでいます。週2、3回が理想ですが、動いて汗をかくことで、ストレス解消と自分の体の状態がわかってくる“気づき”になるから、これからも続けてほしいです。あと仲間づくりをしてもらって、この講座が終わっても続けられるようにしてほしいです。

エアロビクス風景



【参加者の声】

子どもが学校からチラシを持って帰り、この教室のことを知りました。体のことを考えると毎週あったほうがいいですが、月2回なら家事の負担にならないので丁度いいです。(M・Yさん 40歳代)

娘と参加しています。娘は太極拳と両方をしています。主人も娘と一緒に快諾してくれました。汗をたくさんかいて、動いた気がします。普段動けない動きができるので楽しいです。(Y・Kさん 40歳代)



# クラブ訪問コーナー

クラブ連絡先

Tel・Fax : 0858-34-3155

E-mail : tomari-c@mail11.torichu.ne.jp

## 泊クラブ

湯梨浜町中央公民館泊分館で開催の、子ども和太鼓教室 {平成21年7月15日(水)}・子ども茶道教室 {平成21年7月27日(月)} に行ってきました。

### 子ども和太鼓教室

練習日：毎週水曜日

時 間：15:30～16:30

小学校1年生～5年生までのメンバーで構成されています。今日は、3人の新メンバーが加わって、15人の出席でしたが、多いときで25人の生徒さんが集まるそうです。今日は、この教室が始まった5年前から指導されている河本 幸子さんの第一声で、円陣を組み正座をして挨拶をし、それぞれの持ち場に分かれて練習が開始されました。1打目のバチが振り下ろされた時は、狭い部屋だったせいもあり、ものすごい大音量でびっくりしましたが、除々に体の芯に響く音になり、何ともいえない感動に変わりました。子ども達の真剣な目・かけ声等、私たちの五感を通じて伝わる気迫はすごいものでした。テレビ局にも取り上げられ、老人施設等で演奏されているようです。今日は、納涼祭・夏祭り等のイベント参加にむけて気合いのこもった練習でした。

指導に当たられた河本 幸子さんは「上手い・下手ではなく真面目に練習に出してくれる子をステージに立たせる事にしています。練習はそうでもないけど、本番には強いですよ。舞台慣れするし、度胸つくし、みんなよくやってくれています。上級生が下級生の面倒をよく見てくれて助かっています。みんな仲いいです。」

### 【子どもたちの声】

めずらしいし、おもしろそうなのでやってみようと思った。リズムが狂う時があるけど、楽譜を見ながらみんなが声を出すことで、合ってくる。櫓太鼓がかっこいいけど、バチが重くて手が痛くなる。たたき終わった後は、「たたきったー！」という満足感がある。

尾川 広華さん(小5)

角 明里咲さん(小5)

### 太鼓の種類(4種類)

締太鼓



中太鼓



桶太鼓



櫓太鼓



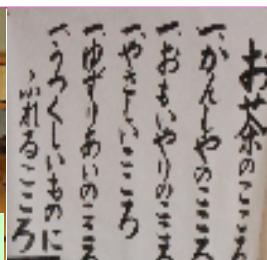
### 子ども茶道教室

練習日：第2・第4月曜日

時 間：15:30～16:30

泊小学校2年生女子7名が、茶道を学んでいます。指導して下さるのは、桜井 宗益(益子)さん・遠藤 京子さんらです。最初、正座をして姿勢を正し、礼で始まり、お茶のこころを唱和し、礼で終わるお手前は皆が順番でやり終えるのに1時間かかります。お菓子を食べ、お茶を飲む子どもたちの顔はにこやかです。お茶をたてるための道具の置き場所や順番、茶巾での茶碗の拭き方・歩き方など、一つ一つの動作に気をつけながらやりました。先生方は、「小学校3年生になると、授業が6限になるし、部活動に入ったりして続けられなくなるのが残念です。」「子どもの稽古を見ていると昔は皆がお茶を習っていたので、いいことだなあとします。」「お茶は日本の文化なので、お茶の心・礼儀作法・歴史とか学んでもらえたらと思います。昨今日本の言葉が乱れているように感じます。『ありがとうございます』『お先に』『いただきます』などの日常の当たり前の言葉・礼儀をやかましく言っています。茶の席には、野の花をお床に飾るので、野の花にも興味を持ってくれたらと思います。」と言われていました。初心者の方に、畳に座る位置・お菓子の取り方・お茶の頂き方・袱紗さばきなどを丁寧に教えてくれました。気持ち引き締まり、日本の文化に触れられた時間でした。

### お茶のこころ



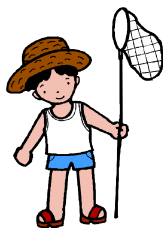
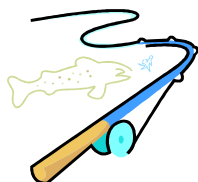
### 子どもたちの声

- ☆ 1年の時より上手になってうれしい。
- ☆ お茶をするのが楽しい。
- ☆ 歩き方が上手になった。
- ☆ 茶巾のやり方がわからなかったけど、わかるようになった。
- ☆ ほめられるようになってうれしい。
- ☆ 最初泣いていたけど、おもしろくなってうれしい。
- ☆ 難しかったけど、できるようになってうれしい。
- ☆ 最初は点てる時、茶粉が残っていたけど、2年になってからは少なくなってきた。
- ☆ きれいに泡が立たなかったけど、半年くらい経ってきれいにたてられるようになった。
- ☆ 略盆手前が楽しくなってきて、お茶を続けたいと思った。

# クラブイベント紹介コーナー

## NPO法人かほくスポーツクラブ

### 親子アドベンチャー・自然観察活動



日 時：8月9日（日）13：30～15：30  
8月23日（日）10：00～12：00

場 所：倉吉市関金B & G海洋センター艇庫 関金町（大山池）

内 容：カヌー・魚とり・魚釣り・昆虫採集（清掃活動もあり）

対 象：保育園年少～小学6年生とその保護者（送迎は保護者）

募集人数：40人（先着順）親子で参加OK

参 加 費：無料

服 装：濡れてもいい服、濡れてもいい靴

そ の 他：着替え・履き替えの靴・タオル・帽子・飲料・虫除け・釣り竿

（※ペットボトル（500ml）・バケツ（又は水槽）を準備すると面白いことが待っています）

お問い合わせ先

TEL：0858-22-9786

FAX：0858-22-9788

E-mail：kssougou@ncn-k.net

ぜひ  
ご参加  
ください！

## 泊クラブ

### ビーチバレー大会の試合結果

日時：7月12日（日）

場所：石脇海水浴場

参加チーム数

【一般の部】 21チーム

【女子の部】 3チーム

【小学生の部】 6チーム

【一般の部】

1位 F4

2位 ベストパートナー

3位 東郷クラブ

COLORA-M

【女子の部】

1位 はっち①

2位 はっち②

3位 COLORS

【小学生の部】

1位 羽合少バレーB

2位 羽合少バレーA

3位 東郷バレーボール少年団

BGS-J

※ 来年は皆さんも出られてみてはいかがでしょう！



## 鳥取県体育協会からのお知らせ

### 活用してください

### 総合型クラブ育成支援派遣事業を!!

内 容：県内の総合型クラブに対し、クラブが開催するスポーツ教室、イベント等での実技指導、講演、体力診断・相談、クラブ設立・運営指導等を行う指導者を派遣します。

経 費：1クラブにつき、30,000円の上限額＋旅費を県体育協会が負担します。

申込み：事業開催日の30日前までに講師派遣依頼書を提出してください。

その他：講師は鳥取県内の方に限り事業実施に必要な経費は、各クラブに負担していただきます。同一の講師が数回にわたり指導等を行う場合はその事業終了後に一括支払いします。申請書類、お問い合わせは体育協会まで！

TEL:0857-28-1288

FAX:0857-28-1399

E-mail:tottoriken@japan-sports.or.jp

### 第3回鳥取県クラブマネージャー研修会があります。

日 時：平成21年8月22日（土）

午前10時～午後3時45分

会 場：倉吉市山根529-2 倉吉体育文化会館

講 師：西村 貴之 氏（NPO法人クラブレッツクラブマネージャー）

講義内容：「クラブの作り方とNPO法人取得の意義」

「住民参加の必要性と啓発の手法」

申 込 先：鳥取県教育委員会事務局

スポーツ振興課生涯スポーツ係（山本）

TEL:0857-26-7920 FAX:0857-26-8199

E-mail:yamamoto\_ma@pref.tottori.jp

各クラブで1名以上の参加をお願いします。

### ◇クラブインフォメーション掲載募集について◇

毎月クラブインフォメーションで紹介する、イベント・教室を募集します。他クラブにも是非参加してほしいものがあれば、詳しい要項を毎月15日までにお知らせください。お待ちしております。

訂正とお詫び

第2号の研修会報告コーナーの参加者の声で、田中 弓子さんの所属クラブ名で間違った記載がありました。訂正し、関係者の皆様にお詫び致します。

（誤）青谷町スポーツクラブスタッフ→（正）青谷スポーツクラブスタッフ