



クラブインフォメーション

発行:(公財)鳥取県体育協会 〒680-8570 鳥取市東町1丁目220番地 鳥取県議会棟別館内
TEL:0857-26-7802 FAX:0857-26-8133 E-mail:tabuchi-h@sports-tottori.com 平成29年6月 第94号

クラブ紹介コーナー

(一社)山陰リンクの会*フロアグラウンド・ゴルフ交流会



関金町体育館



ヘルパーさんと一緒に

平成29年5月12日(金)、関金町体育館でフロアグラウンド・ゴルフ交流会が開催されました。

この交流会は、倉吉市身体障害者福祉協会会長の福永さんから、(一社)山陰リンクの会の杉谷さんに、障がい者に「フロアグラウンド・ゴルフ」を体験してもらいたいため、指導・道具の提供等の協力依頼があり開催に至りました。

今回は、倉吉市と河原町(鳥取市)から33名の参加があり、1グループ7~8名に分かれて体験しました。

視覚障害者・聴覚障害者はヘルパーさんと一緒に、タンバリンの音で方向や距離間をつかんだり、手話でコミュニケーションをとりながらホールポストを狙いました。

賞品は、倉吉市身体障害者福祉協会の方から提供していただき、1~3位、ブービー賞、抽選で9名の方に渡されました。

ゲーム終了後は、場所をグリーンズコーレ関金に移し、皆で楽しく昼食をいただきました。

ほとんどの方が、初心者でしたが、とても楽しんでいただき、次回は河原町から実施することを約束し別れました。

フロアグラウンド・ゴルフは高齢者や障がい者、力の弱い人など手軽に楽しめますので、是非体験してみてください。



グリーンズコーレ関金前にて



美味しい料理に舌鼓

連絡先
一般社団法人 山陰リンクの会事務局
杉谷 哲治
TEL 0858-28-3939

若桜クラブ＊体力測定



握力測定



上体起こし

平成 29 年 5 月 13 日(土)、若桜町立第 1 町民体育館で当クラブ総会終了後、小学生以上を対象とした「体力測定」が実施されました。(この事業は、スポーツ推進委員のスポーツ『健康づくり』教室事業の委託事業の一部として実施されました。)

町内在住の、3 歳～76 歳までの 19 名が参加し、握力・上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・立ち幅跳び・10m障害物歩行・開眼片足立ちを行い、項目別得点表をもとに記録を採点し、得点合計で総合評価し、体力年齢を出しました。

イベントとして、30m計測会を行い、何度もチャレンジする姿が印象的でした。

年齢を重ねるごとに、いろいろな部位の筋力が落ち、体も硬くなり、運動不足を実感し、体を動かすことの大切さを再認識した日でした。

今回の結果が良かった人も、悪かった人も、継続してスポーツをすることが大切です。

日ごろから運動して体力維持に努めましょう！

連絡先
若桜クラブ事務局
岸本 匡史
TEL:0858-71-0253 FAX:0858-71-0254

境スポーツクラブ＊会員交流会



御滝山大善院



子守神社

平成 29 年 5 月 18 日 (木)、境スポーツクラブの会員交流会として、青谷町(鳥取市)勝部地域の山陰ジオパークに認定された不動山周辺をウォーキングしました。

大型バス 2 台で 94 名の会員の方が到着し、かちべ伝承館から御滝山大善院までウォーキングし、鈴木副住職から 1 人ずつ無病息災のお祓いをしていただきました。

そして、不動三滝である第一の不動滝と第二の湯原滝を巡りマイナスイオンをしっかりといただきました。(第三の妙円滝は地震・大雪により歩道への落石の危険があるため立ち入り禁止)

午前には御滝山からかちべ伝承館へ戻り、地元食材を使用した美味しいお弁当をいただきました。

午後は、池田孝雄さんの案内で、八葉寺の子守神社にある推定樹齢500年の大イチョウの偉大さに圧倒されながら、正面の階段を上ると、町指定天然記念物の幅約100m、高さ30mもある岩窟が広がっていました。その岩窟にどのようにして建立されたか不思議に思うミニ権現社がありました。

「境港には海はあるけど山はないので、新緑が眩しくとても気持ちよく歩けました。かちべ伝承館で作っていたいただいたお弁当もとても美味しく、また来てみたいです。」と参加者の方の声。

青谷スポーツクラブの方々、伝承館の皆さん、大善院の鈴木副住職さん、池田孝雄さんには大変お世話になりました。



かちべ伝承館前にて

連絡先
境スポーツクラブ事務局
角 和子
TEL・FAX:0859-44-6818

NPO法人ウルトラスポーツクラブ*しつもんメンタルトレーニング



1部: 中学2・3年生



平成29年5月21日(日)、ナマステホール(境港市)で「しつもんメンタルトレーニング」が開催され、講師に藤代圭一氏をお招きし、3部構成でそれぞれの年代に合わせた講習を受けました。子どもに質問する時に、なぜ?という聞き方をしていませんか?なぜ?と問いかけると言い訳をしてしまうので、どうしたらよかったのかな?と問いかけて、考えさせ行動させることが大切です。

目標を設定し、計画を立てて実行し、振り返りをして改善することを身につけましょう。



2部: キッズ～小学3年生



1つ1つの質問に、まず自分で考え、考えたことを皆で伝え合い共有し、今より良くなるためにどうするか話し合い、ゲームは1回目より2回目に良い結果が出るようどうしたらいいか考えさせ、気づかせることをやりました。みんな真剣に取り組みました。



3部: 小学4・5・6年生、中学1年生



責任とは、人のせいにするのではなく引き受けるもの、そして成長していく。
思ったことは行動に移す。(思っただけでは変わってない!)
保護者や指導者の子どもへの接し方や、子どもたちは今自分に何ができるか考えながら行動することが大切であることを理解してもらえた講演会でした。
今日学んだことを実践し、いいチームになってください。

連絡先
NPO法人ウルトラスポーツクラブ事務局
片岡 久幸
TEL・FAX:0859-57-5170