

クラブインフォメーション



発行:(公財)鳥取県スポーツ協会 〒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 令和2年11月 第135号

クラブ紹介コーナー

けたかスポーツクラブ*ディスクゴルフ体験会



スロー&キャッチ



最高のロケーションでディスクを投げる



少しでもゴールに近づけるため真剣に投げる



3打で入って感激!

令和2年10月15日(木)、浜村砂丘公園で学校法人小林学園鳥取社会福祉専門学校の生徒の方17名に、ディスクゴルフを体験していただきました。

ディスクゴルフは、ゴルフボールの代わりにフライングディスクを使用し、バスケット型の専用ゴールに何投で入れることができるかを競うスポーツで、ルールはとても分かりやすく初心者でもすぐにコースに出て楽しむことができます。

最初に、山本正信さん(指導者)からディスクの基本的な握り方とルール説明の後、ペアになって相手の胸を狙って投げる練習(スロー&キャッチ)をしました。(皆さん上手でした。)

参加した生徒さんを4グループに分け、設置した5ホールを実際にスコアをつけながら回りました。

じゃんけんで投げる順番を決め、1投目はティーラインの後ろから投げ、2投目以降は、投数に関係なくゴールに遠い人から、ディスクが止まった地点にマーカーディスクでマークをし、そこから投げました。

この公園は風が強く吹くことが多く、投げたディスクがティーラインより後ろに流されることがあり、1ホールを17投でゴールした人もいました。(多く投げた分上達していました。)

一番投数が少なく上がった人で、17投だったのには驚きました。(上手い!)

専門学校に通う生徒さんは、なかなかスポーツをする機会が少ないと思うので、この体験をきっかけにスポーツをする機会が増えるといいですね。

ディスクゴルフは自然に触れながら気軽に楽しみ、飛距離が出たときの爽快感は格別です。是非体験してみてください。

【参加者の声】

- ・風が強くて大変だったが楽しめた。
- ・パー(3投)で入った時は嬉しかった。
- ・今度は競技用のディスクで投げてみたい。

連絡先

けたかスポーツクラブ事務局

小山 克己

TEL:0857-82-3158

E-mail:kt-kyoiku@city.tottori.lg.jp

一般社団法人山陰リンクの会＊手づくりピザ窯展示会



ピザ窯の説明をする杉谷さん



焼きあがったピザと焼き芋を試食



タイルアート



ニュースポーツのモルック

令和2年10月25日(日)、松尾建材株式会社(倉吉市米田町)の敷地で、ピザ窯展示会を開催し、6基のピザ窯(大きさや柄の違う)の展示と試食、タイルの販売(松尾建材)、タイルアート、お米の販売、モルック(ニュースポーツ)の体験会も同時に行われました。

【ピザ窯展示】

6基の中の1つの窯で実際にピザとさつまいもを焼いて、来場者に試食していただき、とても美味しいと好評でした。熱心に説明を聞く方も居られ、3組の方が購入されました。

【タイルアート展示】

松尾美樹子さん(松尾建材会長)が開催するタイルアート教室で製作された壁飾りやコースター、ランチョンマットの代用品が展示しており、あまりの可愛さに来場者は足を止めて鑑賞していました。また、今ではもう手に入らない貴重なタイルも販売しており、お風呂やトイレ、台所に貼ると心が豊かな気持ちになりそうです。

【小鴨米販売】

「小鴨米」(生産者:中井登喜子さん)が格安で販売してありました。

【ニュースポーツ体験】

「モルック」と呼ばれるフィンランドで開発されたスポーツで、3～4m離れたところに12本のスキttl(1～12の番号が書かれた木製のピン)を並べ、モルック(20cmほどの木製の投げる棒)を、2チーム以上のチームが交互に投げてスキttlを倒すゲームです。

得点方法としては、スキttlが複数倒れた場合は「倒れた本数＝点数」(完全に地面に倒れていること)、1本しか倒れなかった場合は「倒れたスキttlに書かれた数字＝点数」となり、いずれかのチームが50点を先取した時点でゲーム終了となります。

50点丁度で終わらなかった場合は25点へ減点され、ゲームは継続されるため、1本のスキttlを倒すコントロールが必要となります。

3回連続スキttlが倒せず失投した場合は0点と記録され失格となります。

集中力とコントロール、戦略が必要で、投げてはピンを立てる動作をすることで見た目以上に運動量があるスポーツでした。やるとハマります。

様々な団体が連携してイベントを開催することで、たくさんの方に足を運んでもらい知ってもらうことができます。

また、このようなイベントを開催出来たらと思います。

連絡先

一般社団法人 山陰リンクの会事務局

杉谷 哲治

TEL:090-6436-9196

E-mail:sanrink_sugi@yahoo.co.jp

NPO法人かほくスポーツクラブ＊親子スポーツクライミング体験



リード：女性・子ども・男性いずれも高いところまで登ることができました

令和2年10月25日(日)、倉吉クライミングセンターで「親子deスポーツ推進事業」が開催されました。

【参加者】 大人16名、子ども20名

【指導者】 福田 宗次郎さん(鳥取県山岳・スポーツクライミング協会)

【サポート】 高見周作さん・麻美さんご夫妻、山脇昭彦さん・彩さんご夫妻(鳥取スポーツクライミングクラブ保護者)

今回で3回目でしたが、2回目まではクリアできなかった壁を今回は攻略できた人が多く、少ない回数でもやり続けることが大事だと実感しました。初めて参加される方も結構おられました、指導者からホールドの選び方や手の掛け方を教えてもらい、頭の中でイメージしゴールできる人もおられました。1つの課題を攻略できると次に挑戦する意欲もわき、積極的に挑戦していました。

建物の2階ほどの高さまで登る人も結構おられ、上達を感じました。

デモンストレーションでは、小学生がリードとボルダリングを披露してくれました。反り返った壁をいとも簡単にクリアできる姿は、まさにスパイダーマンといった感じでした。

【デモンストレーター】 リード：山脇大和さん、山脇千果さん、高見柚花さん

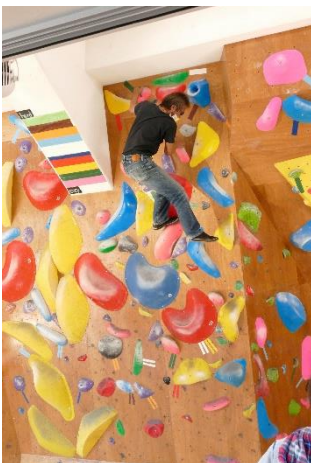
【参加者の声】

・高いところは苦手ですが、次にどのホールドを掴もうかと上だけを見ていたら結構高いところまで登っていました。下りるときが気持ちいいので病みつきになりそうです。

・いつもと違う筋肉を使っているのがよくわかります。コロナで在宅ワークになり運動不足だったので、これからは運動しないといけないなあと思いました。定期的開催していただけると嬉しいです。



反り返った壁に挑戦！



初めてで難所を攻略！

連絡先

NPO法人かほくスポーツクラブ事務局

徳丸 宏則

TEL:0858-24-6465

E-mail:kssougou@ncn-k.net

NPO法人地域スポーツ推進協会＊親子deトランポリン



膝落ち



腰落ち



腰落ち



高くジャンプ!!

令和2年10月28日(水)、TRAMBOUL(鳥取市緑ヶ丘)で「親子deスポーツ推進事業」を開催しました。

この日は、日本海新聞の記者とそのお子さん、カメラマンが体験・取材に來られました。

【実施種目】

トランポリン

【指導者】

間屋口貴仁さん、押方章太郎さん、岡田亨貴さん

【参加者】

大人6名、子ども7名

【内容】

- ・注意事項の説明を受けた後、幅1メートル長さ9メートルの長いトランポリンでウォーミングアップ。
コツは、とにかく目線と身体をまっすぐにすること！膝も腰も曲げません。
親子が順番にジャンプ。子どもは勢いよくジャンプするが、大人は恐々といった感じ。
- ・ミドルサイズのトランポリンに移動し、4つのトランポリンに分かれ、一度全員が跳んだ後、指導者から跳びあがる際に腕を大きく回し、肩から身体を持ち上げるよう指導。親子でお互いの跳び方をチェック。
- ・着地の仕方では、着地に合わせて膝を曲げ、手を前に出してバランスを取ることで、ぴたっと止まるよう指導。
- ・基本的な跳び方から、膝落ち→腰落ち→開脚跳び→回転跳びと組み合わせた連続技にチャレンジ。
- ・運動後のストレッチで筋肉をほぐし終了。

【参加者の感想】

- ・とっても楽しかった。また来たい。
- ・くたびれましたが、いい汗をかけました。明日は筋肉痛です。

子どもへの効果として、空中感覚と体幹が育ちます。

大人への効果として、脂肪燃焼・むくみ解消・筋力アップ・美肌効果・基礎代謝の向上・ストレス解消と、嬉しい効果がたくさんです。

大きなトランポリンは、跳んでいる間重力を忘れさせてくれ、とにかく楽しく、トランポリンでしか体感できない浮遊感を体験できます。

是非この感覚を味わってみてください!!

連絡先

NPO法人地域スポーツ推進協会事務局

間屋口 貴仁

TEL:0857-26-9830

FAX:0857-24-9920

E-mail:info@kodomo-sports.com

鳥取県スポーツ協会からのお知らせ

令和2年度総合型地域スポーツクラブ指導者派遣事業研修会を開催します！

- 1 日 時 令和2年 11 月29日(日) 午前10時から午後4時まで
2 会 場 倉吉体育文化会館 小研修室1(倉吉市山根529-2)
3 対 象 者 総合型地域スポーツクラブ関係者
市町村教育委員会関係者、スポーツ推進委員
その他スポーツ関係者
4 内 容 講 演 「総合型地域スポーツクラブの課題と解決のためのヒント」
～持続可能な総合型クラブを目指して～
講 師 大阪教育大学附属高等学校
教諭 松田 雅彦氏

ワークショップ 「地域課題をスポーツの力でどう解決できるか」
講 師 大阪教育大学附属高等学校
教諭 松田 雅彦氏

- 意見交換
5 申込方法 令和2年11月20日(金)までに参加申込書に必要事項を記入し電子メールまたはファクシミリ
で申し込んでください。
6 申込先 鳥取県スポーツ協会 生涯スポーツ担当 (住田)
電 話:0857-26-8724
ファクシミリ:0857-26-8133
電 子メール:sumida-a@sports-tottori.com

