

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

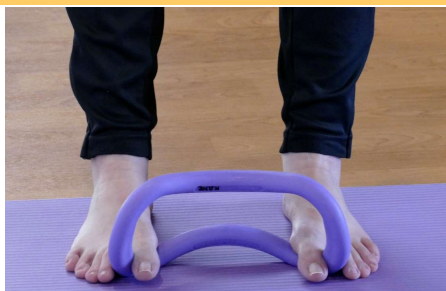


TEL:0857-26-7802 FAX:0857-26-8133 E-mail:tabuchi-h@sports-tottori.com 令和3年11月 第147号

令和3年度 県民まるごとスポーツ推進事業「みんなdeユニスポ」



マーチステップ



ウェーブストレッチリングで指の間をストレッチ



首のストレッチ

令和3年10月2日(土)、幸神体育館(境港市)でNPO法人ウルトラスポーツクラブ主催の「県民まるごとスポーツ推進事業※:みんなdeユニスポ」(県委託事業)で「簡単AEROandYOGA」を開催しました。

※年齢・性別・障がいの有無に関わらず気軽にスポーツを楽しむ事業の提供を通じて、県民のスポーツへの意識の高揚を図り、もって本県スポーツ振興を推進することを目的とする。

【指導者】 垣田 千代さん(日本スポーツ協会公認スポーツ指導員エアロビック指導員、ズンバゴールドフリーインストラクター等々)

【参加者】 19名

前半は、マーチステップ・グレープバイン・ステップタッチ・レッグカール・ニーアップステップ・マンボーステップ・ヒップシェイク等の有酸素運動で音楽に合わせて大きな筋肉を動かす運動を行いました。

次に、ウェーブストレッチリングを使って、土踏まずと指と指の間、足上げで脚全体・股関節・お尻のストレッチを行いました。

後半は、安楽座で瞑想と深い呼吸で体の内面を意識しながら、首・手首・腕・胸・脇・足の甲・足首・太腿等体全体のストレッチを行いました。足のバランス感覚を養い、足全体の筋肉を引き締める立木のポーズの後は、ウェーブストレッチリングを体の下に置きシャバーサナで全身の緊張を和らげました。

最後は合唱のポーズで心身のバランスを整えて終わりです。

【参加者の感想】

・元気で楽しく生きるためにヨガを続けています。
ここに来て年代の違う方と出会うことで刺激を受けることができ
いいです。

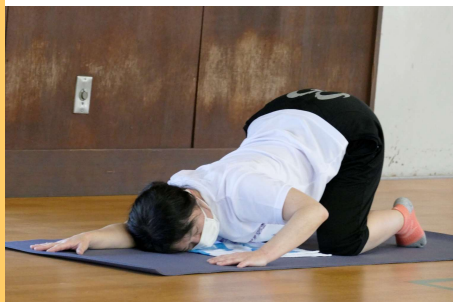
連絡先

NPO法人ウルトラスポーツクラブ事務局

金坂 博

TEL:0859-57-5170

E-mail:ultra^cs@sea.chukai.ne.jp



猫の伸びのポーズ

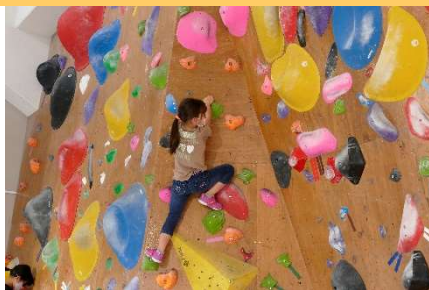


立木のポーズ



シャバーサナ

令和3年度 県民まるごとスポーツ推進事業「親子deスポーツ」



【ボルダリングに挑戦】

令和3年10月9日(土)、倉吉スポーツライミングセンターで、NPO法人かほくスポーツクラブ主催の「県民まるごとスポーツ推進事業：親子deスポーツ※」(県委託事業)で「親子deスポーツクライミング体験」を開催しました。※子育て世代の県民が、身近な地域において子どもと一緒に運動・スポーツに親しむ事業を通じて、県民のスポーツへの意識の高揚を図り、もって本県スポーツ振興を推進することを目的とする。

【参加者】 大人9名、子ども7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)

【補助者】 高見周作さん、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)

【デモンストレーター】 リード：山脇大和さん、高見柚花さん

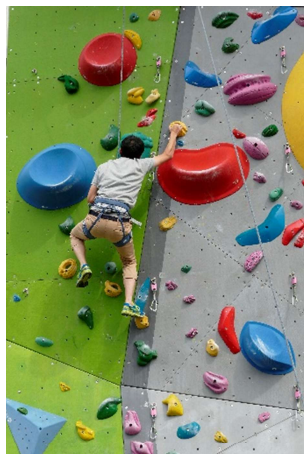
ストレッチで体をほぐし、ルール説明・諸注意を聞いた後ボルダリングに挑戦しました。最初はピンクのテープが貼ってあるホールドから始め、次はグリーンのテープの貼ってあるホールドに挑戦しました。(テープの色で難易度が変わる。)ピンクのテープのホールドはみんな難なくゴールし、グリーンのテープのホールドには苦戦する人が多かったです。中には傾斜のついた壁に挑戦しゴールできる人も居て、運動能力の高さに驚きました。

リードでは、高さへの恐怖心と、傾斜のついた壁の攻略でしたが、多くの参加者が高い所まで登れていたのには感心しました。

子どもにも大人にも楽しんでいただけた、興味を持っていただけました。スポーツクライミングの聖地である倉吉市で、より多くの方に興味を持っていただき体験していただけると嬉しいです。

【参加者の声】

- ・初めて体験しましたが、楽しかったです。どのホールドを掴むか上だけを見て進みました。壁の傾斜が切り替わるタイミングで、登りたい気持ちはあるものの、手が伸びませんでした。
- ・少し登っただけでも手がプルプルで全身を使うスポーツであることがわかりました。普段本当に運動できていないので、また子どもと一緒に参加したいです。



【リードに挑戦】

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

障がい者スポーツ鳥取モデル構築事業＊サンリンク・スポーツ



ボッチャ体験

令和3年10月16日(土)、鳥取県立倉吉養護学校でサンリンク・スポーツ主催の「障がい者スポーツ鳥取モデル構築事業※1」(障がい者スポーツ協会委託事業)で、「ボッチャ※2」と「モルック※3」を開催しました。

※1:特別支援学校の学校体育施設を拠点として、特別支援学校の在校生及び卒業生、地域住民が、障がいのあるなしに関わらずスポーツの楽しさを共に味わいながら、体力の向上や豊かな生活の実現、共生社会の実現をめざす。

※2:ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。

※3:モルックと呼ばれる木製の棒を投げて、スキttlと呼ばれる木製のピンを倒し、倒れた本数とその書かれた数字により得点を得ます。先に得点の合計をちょうど50点にしたプレイヤーの勝利です。複数本完全に倒れた場合はその本数が、1本倒れた場合はそのスキttlに書かれた数字が得点になります。50点を超えてしまうと25点に戻されます。倒れたスキttlは、その位置で起こします。

【参加者】 子ども15人、地域住民(支援者)12名、学校の先生4人、指導者3人

参加者を4グループに分け、3つのグループにモルック、1つのグループはボッチャで対戦していただき、対戦チームが変わるように対戦順を決め、全チームに両競技を体験していただきました。

モルックもボッチャも、チームで作戦を立てて、投げる順番を決め、コミュニケーションを取りながら試合を進めました。

最初コントロールが悪かった子どもも、徐々に目標に近づけることができるようになり、メジャーで測らなければいけないくらい接戦の場面が多く、皆でメジャーの数字を確認し、歓喜の声があがるなど大変盛り上がりしました。

この共生事業も今年度で5年目となり、生徒と地域の方のコミュニケーションが円滑にとれるようになったこと、また毎回楽しみにしてくれていることにこの事業の意義を感じます。

この事業が継続され、実施回数と参加する生徒の数が増えると嬉しいです。



モルック体験

連絡先
サンリンク・スポーツ事務局
杉谷 哲治
TEL:090-6436-9196
E-mail:sanrink_sugi@yahoo.co.jp

(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ*親子で凧あげ教室



凧の型を裁断



凧に絵を描きます



竹ヒゴを貼ります



凧があがりました



100 連凧 見事です

令和3年10月23日(土)、伯耆町総合スポーツ公園で、(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ主催の「親子で凧あげ教室」(県賛助会費支援金)を開催しました。

参加者:子ども15人、大人14人

指導者:米子福生凧の会

(安井賢さん(会長)、大谷幸男さん(副会長)、米田文雄さん、星野章作さん、小倉正喜さん、松崎修志さん、大源亨さん)

幼児・保育園児は「グニャ凧」、小学生は「ダイヤ凧」を制作しました。米子福生凧の会の方に裁断していただいた凧形のビニールに、子どもは絵を描き、大人は竹ヒゴを貼りつけました。

参加者のほとんどが小学生以来久々に作る人で、説明書とにらめっこしながら2時間集中して作りました。

子どもの描いた絵の中には大作があり、子どもたちの絵が上手なのは驚きました。

糸め糸の結ぶところに皆さん苦労していました。

凧のどの位置に穴をあけ糸を通して結ぶのか、どうやって反らせるのか等、わからないことは米子福生凧の会の方に指導を受けながら完成させました。

凧が完成した後、あげかたの説明を受け外に出て自分たちの作った凧をあげてみました。作った凧が本当にあがるのか心配していましたが、みんなの凧があがりとても嬉しそうでした。

最後に、米子福生凧の会が持参された100連凧をあげていただき、皆が順番に凧糸を持ち、凧が風を受ける振動を手に感じ貴重な体験をすることができました。

【参加者の感想】

- ・小学生の時に作って以来でしたが、こんな感じだったなあとしみじみ思い出しました。子どもと一緒に作れて楽しかったです。
- ・子どもが2時間集中して取り組んでいたのには驚きました。最近凧づくりも凧あげもする機会がないので、体験できて良かったです。
- ・これから毎年子どもと一緒に作りたいです。

連絡先

(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ事務局

西村 香緒里

TEL:0859-68-3775

E-mail:h.smiley.sports@gmail.com



集合写真

(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ*第1回クロスカントリー競争大会



いよいよスタートです



第1コーナーを回ります



最後の直線です



デッドヒート



ゴール!!

令和3年10月31日(日)、伯耆町総合スポーツ公園ちびっこ広場で、(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ主催の「第1回クロスカントリー競争大会」を開催しました。(体験の風をおこそう推進月間「子ども体験遊びリンピック事業」※)

※子どもたちの健やかな成長を願い、より多くの体験活動の機会を提供する。体験の風をおこそう推進月間に体験イベント事業を登録することで、「子ども体験遊びリンピック」の開催には「のぼり旗や上位入賞者に贈呈されるメダル、賞状」が提供されます。

第1回目となるクロスカントリー競争大会に、年中・年長さんの13名が参加し、年中さんは300m、年長さんは400mのコースを走りました。

後藤弥会長の挨拶の後、コースの試走をして、年中さんの女の子、男の子、年長さんの女の子、男の子の順で競争しました。

スタートしてすぐのカーブ、そして上り、またカーブ、下ってからの最後直線でゴールと、アップダウンやデコボコの道を、みんな一生懸命走りました。

保護者の方も多く来られていたので急遽有志の方で走っていただくことになり、足に自信がある保護者と、子どもたちも再度挑戦しました。

表彰式では、各部門の1～3位までに、賞状とメダルが授与され、4位以降の子どもたちには完走証として賞状が授与され、子どもたち(保護者も)はとても嬉しそうでした。

最後に後藤弥会長から、「スポーツができる機会を大切に、体力づくり、仲間づくりをしてほしい。クラブでは子どもたちが色々な体験ができる企画をどんどんやっていきたいと思っている。」と挨拶がありました。

完走した保護者の方からは、「もっと走れるつもりだった、走り出してから足が上がりなくなった。子どもたちの体力はすごい!」「他の部門での開催をしてほしい。」との感想をいただきました。

今後もバージョンアップしていきながら継続して開催し、多くの方に参加してもらえる大会になれば嬉しいです。

連絡先

(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ事務局
西村 香緒里

TEL:0859-68-3775

E-mail: smiley.sports@gmail.com



最後有志で走りました

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



ティースロー



ゴールなるか！？



入れるぜ！

令和3年10月28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24名に、ディスクゴルフ＊を体験していただきました。

＊バスケット型のゴールが設置された通常18ホールのコースを回る種目です。ティーエリアからスローをし、ゴールにフライングディスクを入れるまでの投数がそのホールのスコアとなり、全ホールの合計投数の少なさを競います。自然環境に親しみながらグループでプレーを楽しむことができ、誰でも手軽に始められるため、生涯スポーツ・三世代スポーツとしても取り組みます。

指導者：山本正信さん(けたかスポーツクラブ副会長)、小塩英夫さん(気高町ディスクゴルフ協会)

山本さんから諸注意とルール説明、小塩さんから基本的なディスクの握り方と投げ方の説明の後、ペアになって投げる練習(スロー&キャッチ)をしました。

参加した生徒を1組6名ずつに分け、設置した6ホールをスコアをつけながら回りました。

1投目は決められた順番(じゃんけん)でティーラインの後ろから投げ、2投目からはゴールに遠い人から、ディスクが止まった地点にミニマーカーを置きそこから投げていきます。

風の影響や投げ方によりOBラインを大幅に越えてロスト(見失う)したり、木の上に引っかかったり、目の前の鉄柱に当たったり、狙った方向ではない方向に飛んで行ったりと苦戦していましたが、大笑いしながら楽しくプレーしていました。

中にはバーディーを何度も出す生徒も居て、初めてで6ホールを23打で上がった人がいました。

風は少々きつかったですが、秋晴れの中、遠くに日本海を眺めながらプレーできるのは、浜村砂丘公園ならではのです。もっと活用して、スポーツに親しみましょう！

【参加者の声】

- ・4人で回ってすごく盛り上がりました。距離が伸びた時はめっちゃ気持ちよかったです。
- ・地面と平行に投げるよう言われましたが、どうしても上にあげてしまって距離が出なかったですが、皆でコミュニケーションを取りながら楽しく回れました。

連絡先

けたかスポーツクラブ事務局事務局

細田 博文

TEL:0857-82-3162

E-mail:hosoda.hirofumi@city.tottori.lg.jp

中国ブロッククラブネットワークアクション2021開催される

令和3年10月24日(日)、「中国ブロッククラブネットワークアクション2021」がオンラインで開催されました。

中国5県の総合型地域スポーツクラブ連絡協議会加入クラブ、体育・スポーツ協会等担当者、行政担当者、日本スポーツ協会等64名が参加しました。

今年度は、令和5年度から段階的に実施される「休日の学校部活動の地域移行」に関する内容で開催され、その受け皿として期待されている総合型地域スポーツクラブとして今後どのように考え対応して行くべきかについて研修する機会となりました。

【内 容】

○共通プログラム

【テーマ】「運動部活動改革についての情報共有」

【発表者】 久田晴生氏(スポーツ庁健康スポーツ課)

1 部活動の意義・現状・課題について

→大会・コンクールの見直し(大会が多すぎる。中体連主催の大会をどうするのか。)

2 地域スポーツ体制の現状

→運動部活動を地域課題の1つと捉えて、総合型クラブには子どもたちのスポーツの取組支援をお願いしたい。

3 学校の働き方改革を踏まえた部活動改革

→具体的な対策として休日の部活動の段階的な地域移行(令和5年度以降段階的に実施)

合理的で効率的な部活動の推進(合同部活動の推進、ICT 活用の促進、地方大会の在り方の整理)

今年度、「地域部活動推進事業」として30クラブ程の総合型クラブに受託してもらっている。

4 地方行政の取組状況

→関係行政が連携した取組がスタートしている事例と、具体的には取組んでいない事例の紹介

5 部活動改革の取組事例等

※行政と現場の話し合いが無い。働き方改革、勤務時間も問題だが、子どもの環境も厳しくなっている。文化庁も同時に進めている。スポーツ推進委員には学校と総合型クラブ、地域と総合型クラブを繋ぐコーディネートを担ってもらいたい。

【副 題】「行政としてのこれからの運動部活動について」

【発表者】 光橋健氏(広島県教育委員会事務局学びの変革推進部豊かな心と身体育成課学校体育係長)

・生徒にとって部活動は学校教育活動であり、社会教育活動でもある。生徒の学校部活動に対するニーズは非常に高く、且つ多様である。広島県における運動部活動の課題や、国の示す部活動改革の方向性、部活動の地域移行について考えなければならないこと、部活動が担ってきた役割、地域と学校が融合した新たな部活動、新たなジュニア世代のスポーツ環境の創造など広島県のこれからの運動部活動のあるべき姿について発表があった。

【発表者】 杉山浩紀氏(広島県スポーツ振興課長)

・「サービス業」としての総合型地域スポーツクラブの可能性を考える。プロチーム、トップチームとの連携、バーチャルでの展開について話された。

【発表者】 池田庄策氏(北広島町教育委員会教育長)

・中学校の校長の意見として、学校から離れた活動は「部活動」ではない。教職員の関わらない「休日の地域部活動」なるものは存在しえない。平日と休日の指導者が違うのはトラブルのもと。学校にとっては負担増となることは間違いなし。結局は全員が学校に残った部活動に関わることになり、働き方改革は進まないことになるのではないかと。文化系の部活動はどうするのか。→各学校長に伝わっていない。保護者への説明もできていない。

【発表者】 西村豊氏(北広島町教育委員会生涯学習課長)

・総合型地域スポーツクラブ「どんぐり屋台村」の指導者(ソフトテニス)として取り組まれている事例を発表された。学校との連携が一番大事。礼儀・協調性・人間関係に気をつけてやっている。学校から地域ではなく、地域から学校に入っていくのが正しいのでは。子どもは地域の中で育てていく、地域が学校の中に入っていくことがよい。

○開催ブロック独自プログラム

【テーマ】「総合型地域スポーツクラブと学校連携」

【発表者】 谷ロー真氏(NPO法人鹿の助スポーツクラブ代表理事)

・「令和3年度地域運営型部活動推進モデル事業」を鳥取市から受託

これまでの動き、指導者確保の状況、今後の予定、制度上の課題等について発表いただいた。

【発表者】 井上登代子氏(一般社団法人菊川スポーツクラブ理事)

・下関市立菊川中学校との連携について発表いただいた。

○日本スポーツ協会からの情報提供

・今後の地域スポーツ体制の在り方、「学校運動部活動指導者の実態に関する調査」結果の概要、登録・認証制度の概要、スポーツ現場におけるハラスメント防止動画の公開、日本スポーツ協会発行物について情報提供があった。

○学校運動部活動の地域移行に向けた安全対策セミナー

[提供者] 小澤邦光氏(東京海上日動火災保険株式会社)

・「地域移行する際の留意点」、「給付対象となる災害の範囲と給付額」、「商品概要」、「補償を手当する5つのポイント」、「学校管理下における事故発生状況」、「障害の事例」、「負傷・疾病の状況」、「スポーツ時の事故例と原因」、「スポーツ活動における事故の実態」、「賠償責任に関する知識」、「リスクマネジメントとは」、「事前対策の検討」、「事故が発生したら」について情報提供があった。

※来年度の中国ブロッククラブネットワークアクションは「山口県」です。集合での開催ができることを願い多くの方に参加いただければと思います。