



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5年12月 第172号



令和5年度県民まるごとスポーツ推進事業:NPO法人地域スポーツ推進協会

令和5年11月1日(水)・2日(木)、NPO法人地域スポーツ推進協会主催の「令和5年度県民まるごとスポーツ推進事業:親子deスポーツ※」(県スポーツ協会補助事業)で「親子deバク転」をTRAMBOUL(緑ヶ丘)で開催しました。

※ 目的: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。

【指導者】 11月1日:谷口良登さん、山口剛さん、仲山颯汰さん
11月2日:谷口良登さん、山口剛さん、前川真生さん

【参加者】 11月1日:7組の親子
11月2日:7組の親子

【内容】 準備運動→バク転姿勢作り→ジャンプ練習→ローラーを利用してバク転練習

11月1日(水)



11月2日(木)



バク転姿勢作りで体を反る動きの練習
壁に背を向けバンザイした時小指が壁に向くように肘は伸ばして壁につける→段々と下がっていく→低い位置で5秒静止

11月1日(水)



11月2日(木)



マットでジャンプの練習
1でバンザイ→2で膝を曲げしゃがみ手は前→3でジャンプしてマットにダイブ!!

11月1日(水)



11月2日(木)



ローラーを使って1→2→3でバク転の練習

11月1日(水)



11月2日(木)



トランポリンの上でバク転に挑戦

ほとんどの方がバク転経験はありませんでしたが、ほんの1時間程度の練習でバク転の形が出来上がりました。バク転するのに最初は恐怖心がありましたが、指導者の丁寧な指導でほとんどの方が少しの補助でバク転ができるようになりました。

子どもも大人(特に男性)も、一度はバク転をしてみたい、できたら格好いいなあ、と憧れはありつつも、なかなか体験できる機会が無いので、このバク転教室を楽しみに来ていただき、体験後はとても満足していただけたようです。

【参加者の声】

- ・子どもがバク転がやってみたいと言っていたタイミングで、この体験会があるのを知り早速申し込みました。申込してからこの日が来るのを楽しみにしていました。親子で体験できて大満足です。
- ・バク転を一度はやってみたいという憧れがずっとあったので、体験できて良かったです。ここまでできるとは思わなかったので大満足です。

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:0857-24-5507
E-mail:info@kodomo-sports.com

令和5年度県民まるごとスポーツ推進事業：(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ



背中のはし



クモ歩き



飛行機

令和5年11月11日(土)、(一社)ほうきスマイリー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※」(県スポーツ協会補助事業)で「親子で楽しい運動あそび教室」を、伯耆町総合スポーツ公園B&Gトレーニングルームで開催しました。

※目的: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。

【指導者】 友田真由美さん

【参加者】 7家族(大人10人、子ども9人)

- 【内容】
- ・準備体操
 - ・メリーゴランド
 - ・飛行機
 - ・馬跳び
 - ・ゴム跳び
 - ・クールダウン



飛行機からの後転



馬跳び



腹筋を使ってフープをコーンに入れる



バランスストーンを渡る



マットの上をゴロゴロ



脚でつかんだボールを後ろの籠に入れる



跳び箱



追いかっこ



ゴム跳び



バランスボールの上で弾む

子ども達はどの動きも興味を持って挑戦してくれました。親子が、スポーツを通して向き合う貴重な時間になったと思います。

【参加者の声】

☆とても楽しかった。(子ども)

☆普段ここまで子どもと向き合って相手をしてあげられる時間が無いので、とても良い時間を過ごせました。またこのような機会があったら嬉しいです。

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:h.smiley.sports@gmail.com

令和5年度県民まるごとスポーツ推進事業：倉吉サンリンク・スポーツ

【ラダーゲッター】



固唾を呑んで見守る



よっしゃー!!

令和5年11月7日(火)、倉吉サンリンク・スポーツ主催の「令和5年度県民まるごとスポーツ推進事業：みんなdeユニスポ^{※1}」(県スポーツ協会補助事業)で「ボッチャ^{※2}」と「ラダーゲッター^{※3}」を学校法人松柏学院倉吉北高等学校体育館で実施しました。

※1 目的：年齢・性別・障がいの有無にかか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。

※2 ボッチャは、ジャックボール(目標球)と呼ばれる白い球に、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 ラダーゲッターは、両端にボールがついたヒモを、ラダー(はしご)に向かって投げるゲームです。ボールがラダーに引っ掛かるとポイントになり、そのポイントを競います。21点先取したプレイヤーが勝ち。

倉吉北高等学校3年生(スポーツ類型の授業を専攻)に、今回で2回目となるユニバーサルスポーツの体験をしていただきました。

ルールやプレーのやり方、得点の数え方の説明を受けた後、3人×2グループと2人×2グループに分け(先生にも交代で入っていただきました。)、1ゲーム4エンドの総当たり戦でゲームを行いました。

生徒の上達は凄まじく、名勝負を繰り広げていました。先生も自分の隠れていた才能が開花し、ラダーゲッターでは他を寄せ付けない強さを発揮していました。

生徒にも先生にもユニバーサルスポーツの楽しさや、誰にでも気軽にできることを知っていただけました。

生徒たちの真摯に取り組む姿が印象的でした。

【ボッチャ】



赤球近づけるぞ!



暴投して崩れ落ちる

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

令和5年度県民まるごとスポーツ推進事業:にちなんスポーツクラブ



フリスビーキャッチ



ボッチャ



バランスストーンを渡りながらラダーを跳び越す

令和5年11月8日(水)、にちなん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^{※1}」(県スポーツ協会補助事業)で「放課後運動あそびクラブ」を、日南町総合文化センター芝生広場で開催しました。

※1 目的:年齢・性別・障がいの有無にかか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。

【内容】 フリスビーキャッチ、ボッチャ^{※2}、バランスストーン渡り、シュート練習、ドリブル練習、ラダーゲッター^{※3}

【参加者】 小学生

※2 ボッチャは、ジャックボール(目標球)と呼ばれる白い球に、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 ラダーゲッターは、両端にボールがついたヒモを、ラダー(はしご)に向かって投げるゲームです。ボールがラダーに引っ掛かるとポイントになり、そのポイントを競います。21点先取したプレーヤーが勝ち。

日南町総合文化センター芝生広場の全面を使用して、様々な用具を使って思いっきり体を動かしました。

- ・フリスビーキャッチ:青戸さんが投げたフリスビーを追いかけて行ってキャッチ
- ・ボッチャ:子どもVS子ども、子どもVS大人で対戦
(ボッチャの対戦の合間に無邪気にピラミッドの様にボールを重ねる姿も)
- ・バランスストーン:途中に障害物を設置して跨いだり跳んだりしてゴール
- ・シュート練習:バランスボールをポールのゴールにシュートする。思いっきり蹴ってみる。
- ・ドリブル練習:等間隔に並べたポールの間を、バランスボールをドリブルしてゴールする。
- ・ラダーゲッター:4m程離れた位置からボールをラダーに向かって投げてみる。

子どもたちがどんな種目にも興味を持って取り組む姿を見ると、もっとたくさん子ども達にスポーツを楽しんでもらいたいし、スポーツを提供できる環境の必要性を感じました。



シュート練習



コーンの間をドリブル



ラダーゲッター

連絡先
にちなんスポーツクラブ事務局
足羽 寛
TEL:0859-83-1007
E-mail:nichinan.sc@gmail.com

令和5年度県民まるごとスポーツ推進事業:琴の浦クラブ



腹筋



背筋



腕立て

令和5年11月18日(土)、琴の浦クラブ主催の「県民まるごとスポーツ推進事業:みんなdeユニスポ^{※1}」(県スポーツ協会補助事業)で「体力づくり」を開催しました。

※1目的:年齢・性別・障がいの有無にかか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。

【指導者】 上田 祐吉さん

【内容】 サーキットトレーニング^{※2}

- ① 腹筋・背筋・腕立て・バービー→②体感→③ラダー(スキップ)→④ラダー(両足跳び)→
- ⑤ メディシン投げ→⑥大股歩き

※2サーキットトレーニングとは、複数の筋力トレーニングと有酸素運動を組み合わせで行うトレーニングで、効率よくダイエットができる他、全身持久力や筋力が向上する効果が期待できる。

今回は、基礎体力をつけるサーキットトレーニングで、練習メニューを聞いた参加者は一瞬表情が曇りましたが、気を取り直してハードな練習メニューをみんな笑顔で取り組みました。

厳しい練習を耐えれば、その先に必ず良い結果が待っていることを信じて頑張ろ～！！



プランク



サイドプランク



ラダー



メディシン投げ



大股歩き



ダッシュ

連絡先
琴の浦クラブ事務局
上田 祐吉
TEL:090-3172-1869
E-mail:yukichi3325@chukai.ne.jp

令和5年度鳥取ユニバーサルスポーツセンターノバリア 中部サテライトセンター整備事業:倉吉サンリンク・スポーツ

11月3日(金)



ボッチャ



インゴル

令和5年11月3日(金)・17日(金)、倉吉サンリンク・スポーツ主催の「令和5年度鳥取ユニバーサルスポーツセンターノバリア中部サテライトセンター整備事業^{※1}」で、「ボッチャ^{※2}」・「インゴル^{※3}」・「ラダーゲッター^{※4}」を開催しました。

※1 目的:鳥取県中部地区において、障がい者が気軽にスポーツをすることができる環境の整備を行い、障がい者のスポーツ実施をサポートする。障がい者教室を実施することにより、それをサポートする人材を育成する。障がい者と健常者、子どもから高齢者まで、誰もが共に気軽にスポーツを楽しめる環境を整備、提供を行う。

※2 ボッチャは、ジャックボール(目標球)と呼ばれる白い球に、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、いかに目標球に近づけるかを競います。

※3 インゴルは、倉吉市在住の佐々木さんが考案されたニュースポーツで、室内ゴルフです。

※4 ラダーゲッターは、両端にボールがついたヒモを、ラダー(はしご)に向かって投げるゲームです。ボールがラダーに引っ掛かるとポイントになり、そのポイントを競います。21点先取したプレーヤーが勝ち。

ボッチャは、一人ひとり決められたスローイングボックス内で投球する方法で行い、総当たり戦で1試合4エンドで行いました。回数を重ねる度に上達され、ミラクルショットが出ることもありました。

インゴルは、池やバンカーに見立てたグリーンがあったり、カップも様々な大きさがあったり、左右に曲がるコースがあったり、ピンフラッグに鈴が付けてありカップインすると可愛い音がなったり、ゴルフをしているかの様でした。

ラダーゲッターは、2人1組で対戦しどちらのチームが21点を先に取るかを競いました。簡単そうに見えますが、距離感や回転等やってみるとなかなかラダーに引っ掛からなかったり、引っ掛かったと思っても外れてしまうこともしばしばあり、プレーヤーは一喜一憂しながら楽しみました。

11月17日(金)



ボッチャ



ラダーゲッター

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

インゴル体験会：倉吉サンリンク・スポーツ



ティーショット

令和5年11月10日(金)、倉吉サンリンク・スポーツ主催の「インゴル※体験会」を倉吉市営体育センターで実施しました。

※インゴルとは、倉吉市在住の佐々木弘登さんが考案された、「室内版ゴルフ」
三和段ボール工業株式会社と共同でクラブ・グリーン・防球フェンスなどを開発・制作

「インゴル」を考案された佐々木弘登さんと、一緒に企画・開発された三和段ボール工業株式会社森社長が来られ、日頃、倉吉サンリンク・スポーツでグラウンド・ゴルフやユニバーサルスポーツをされている方々に、「インゴル」(室内版ゴルフ)を体験していただき、その感想を伺いました。

天候が悪くても室内でゴルフを楽しめるように、防球フェンスに景色が描かれていたり、ゴルフ場のグリーンに見立てたコースも設置されていて、屋外でゴルフを楽しんでいるかのようなコース設定で、普段プレーしているグラウンド・ゴルフとは一味違った楽しさがありました。

バンカーや池も再現されていたり、カップの大きさも変えられるようになっていたり、コース設定も自由自在に変えられるように工夫されていました。

実際にスコアをつけながらホールを回り、用具の改良点やコース作りについて参加者から意見をいただきました。

ゴルフが好きな方も、ゴルフをやったことが無い人でも、年齢を問わず気軽にゴルフ体験ができます。

倉吉サンリンク・スポーツとの連携・協力で「インゴル」がもっと広まっていくといいですね。



アプローチ

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

第3回クロスカントリー競争大会：(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ



試走



スタート



きつい坂を駆け上がる

令和5年11月11日(土)、(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ主催の「クロスカントリー」(体験の風をおこそう推進事業※)を、伯耆町総合スポーツ公園チビッコ広場で開催しました。

※国立青少年教育機構が支援する補助金で、青少年教育関係機関・団体等と連携し、地域と一体となって、体験活動を推進する機運を高める取組を実施するとともに、子どもたちに自然体験や生活体験など直接体験する場や機会を提供する取組等を実施する。

年少さんから年長さんまでの18名が参加し、300m・400m・500mの6部門に分けて実施し、起伏にとんだコースをみんな全力で走りきり、1位～3位入賞者に賞状とメダルを授与しました。

参加者全員が走り終わった時、瀧田さんの一声で、一緒に来ていた兄弟も急遽走ることになり、本気を出して走ってくれました。

最後にくじ引きがあり、引いた数字の書かれた賞品をゲットしてみんな嬉しそうでした。飛び入り参加した兄弟達もくじ引きに参加でき思わぬプレゼントに大喜びでした。

寒い中、参加してくれた子ども達、保護者の方、役員の方、お疲れ様でした！！



ゴール



表彰



くじ引き



集合写真

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

(公財)岩手県体育協会からの視察 (一社)ほうきスマイリースポーツクラブ・(一財)北栄スポーツクラブ

令和5年11月15日(水)・16日(木)、岩手県(総合型クラブ連絡協議会長・山田町教育委員会生涯学習課社会体育係長・アドバイザー・スポーツ少年団指導者)から B&G 海洋センターを拠点施設・指定管理として活動してる、(一社)ほうきスマイリースポーツクラブと(一財)北栄スポーツクラブを視察に来られました。

視察に来られた山田町には総合型クラブが未設置のため、B&G 海洋センターを活用した総合型クラブの立ち上げを目指して本県の2クラブの施設見学と運営に関わる情報について聞き取りをされました。

町として何をすればいいのか、総合型クラブとの役割分担、総合型クラブを活用した町づくりのヒントを学んでいただきました。持ち帰って関係団体や住民等で共有していただき、山田町にとってなくてはならない総合型クラブが立ち上がるとういことです。



11月15日(水): (一社)ほうきスマイリースポーツクラブの視察風景
クラブ対応者: 後藤弥会長、西村香緒里クラブマネジャー
瀧田祐吉アシスタントマネジャー、
秋田宏和伯耆町教育委員会・伯耆町総合スポーツ公園主事



11月16日(木): (一財)北栄スポーツクラブの視察風景
クラブ対応者: 荒川辰也事務局長、山根雄一主事
福庭克展北栄町教育委員会生涯学習課室長
川部洋平北栄町教育委員会生涯学習課主任



プール



木質バイオマスボイラー

川口 和久さん野球教室:スポねっとちづ



集合写真(智頭町総合運動場グラウンド)

令和5年11月23日(木・祝)、スポねっとちづ主催の「川口和久^{※1}さん野球教室」が智頭町総合運動場グラウンドで開催されました。

※1 広島、巨人で過ごした18年間のプロ野球生活で通算139勝をマークし、98年に現役引退。その後はコーチ、解説者として活躍していたが、2021年10月に故郷である鳥取に移住

【参加者】 スポねっとちづの少年野球クラブ、用瀬の野球スポーツ少年団

〈講演では〉

「野球が上手くなるためには」、ファイティングスピリットを持つ、勝つために何をしたらいいかを常に考えながら野球をする、楽しんで勝負する、目標を持ちながらすること。また、手を大事にするため手袋の着用をしてほしい。(手を温めると身体も温まる)と話されました。

〈野球教室内容〉

アップ→ボールの握り方、体重の乗せ方の指導→キャッチボール→ゴロ捕球→バッティング→お楽しみ会



アップ



キャッチボール



ゴロ捕球



ゴロを逆シングルで捕球



トスバッティング



バッティングの指導を受ける



ジャンケンゲームに勝った子にボールプレゼント



お礼の記念品授与と感謝の握手



プレゼント色紙に書かれた「不可挑成」

グラウンドのテントでお目にかかりましたが、「オーラ」がある人ってこういう事を言うのかと実感、存在感とエネルギーを感じました。ジャイアンツのユニホームも格好よく着こなされ、現役と変わらない佇まいでした。

最後にジャンケンゲームで勝った人には、サイン入り色紙・サイン入りボールが手渡され、参加してくれた子ども達全員に「不可挑成※2」と書かれた色紙とノートが手渡されました。

子どもたちの心に残る野球教室になりました。

※2 出来ないからやめるのではなく、挑み続けることで成し遂げることができる。

連絡先
スポねっとちづ事務局
大谷 伊知郎
TEL:0858-75-3113
E-mail:ichiro@town.chizu.tottori.jp

中国ブロッククラブネットワークアクション2023開催しました



研修会の様子(米子コンベンションセンターBIGSHIP)

令和5年11月26日(日)、「中国ブロッククラブネットワークアクション2023」が米子コンベンションセンターBIGSHIPで開催されました。

【趣 旨】 ブロック内の総合型地域スポーツクラブ関係者が一堂に会し、総合型地域スポーツクラブの運営に必要な情報や課題解決に向けた具体的な取り組み事例等について情報共有を行い、クラブ育成・支援のためのネットワーク強化と各都道府県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会間の連携体制をより一層促進する。

また、部活動改革に関する情報提供や実践例の紹介を実施する。併せて、総合型地域スポーツクラブの育成施策開始当時を振り返り、現在のクラブ運営を見直すとともに、新たなクラブ運営の在り方について考える機会とする。

【主 催】 公益財団法人日本スポーツ協会総合型地域スポーツクラブ全国協議会(SC全国ネットワーク)

【主 管】 中国ブロッククラブネットワークアクション実行委員会

【後 援】 スポーツ庁

【参加人数】 57名(鳥取県:(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ・スポnetなんぶ・若桜クラブ・けたかスポーツクラブ・(一財)北栄スポーツクラブ・鳥取県教育委員会事務局体育保健課・鳥取県地域社会振興部スポーツ振興局スポーツ課・琴浦町教育委員会)



山根雄一氏(北栄スポーツクラブ)



グループワーク

【内 容】 ①共通プログラム:「運動部活動改革についての情報共有」

(1) スポーツ庁からの情報提供

(2) 鳥取県教育委員会からの情報提供

テーマ:「鳥取県公立中学校等における部活動の地域連携・地域移行に向けた推進計画」

発表者:鳥取県教育委員会体育保健課学校体育担当係長 倉本秀樹氏

(3) 鳥取県内における運動部活動の地域移行に係る事例発表

テーマ:「地域クラブの育成と学校部活動の連携」

発表者:(一財)北栄スポーツクラブ 主事 山根雄一氏

②開催ブロック独自プログラム:「総合型地域スポーツクラブの育成施策開始30年が経過して」

(1) 育成施策開始当時の様子を知る有識者の講演

テーマ:「地域住民とともに育む地域スポーツ施策の先に見えるもの」

発表者:広島経済大学准教授 渡辺泰弘氏

(2) ブロック内における事例発表

① テーマ:「～継承から改革を経て～」クラブを存続させるために

発表者:筆の里スポーツクラブ クラブマネージャー 川原嘉子氏

② テーマ:「持続可能な総合型地域スポーツクラブとして～クラブハウスのあるスポーツクラブとして21年～」

発表者:総合型地域スポーツクラブきよねスポーツくらぶ GM 三宅厚自氏

(3) グループワーク

テーマ:「学校部活動について」・「私たちの総合型地域スポーツクラブを振り返って」

コーディネーター:川崎医療福祉大学・健康体育学科 教授 米谷正造氏

③ 日本スポーツ協会からの情報提供

テーマ:「JSPOの取組について 他」

発表者:(公財)日本スポーツ協会地域スポーツ推進部クラブ育成課 主事 藤原康太氏

今年度久々の集合のみの開催となり、多くの方に参加していただきました。学校部活動のことや、クラブ立上げからこれまでを振り返り、他クラブの取り組み等の情報共有ができ、今後のクラブ運営の方向性を改めて認識できた会になりました。

来年度は島根県開催です。また、多くのクラブ関係者の方が参加して盛り上げていけたらと思います。