



# 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6年2月 第174号

## 野球塾:あいだクラブ

### 【硬式野球】



バッティング練習



アヒル歩き



腕立て状態でジャンプして横移動

令和6年1月4日(木)、あいだクラブの「硬式野球」と「軟式野球」の新年初練習(米子市民球場)にお邪魔しました。なんと、帰省し自主トレをしていた「あいだクラブ」の卒業生(米子市出身)山本大斗選手(千葉ロッテマリーンズ所属)に会うこともできました。

軟式野球クラスは、下原健吾監督の下、年明け初の練習とあって、ゆったりとした練習メニューで身体を慣らしました。

硬式野球クラス(中学生)は、水口貴之監督の下、いつもの練習と比較するとゆったりめでしたが、恒例の厳しい基礎トレーニングをこなしました。

練習が終わった後に、山本大斗選手に向けて色紙に寄せ書きし、生徒代表から手渡されました。

山本大斗選手からは、子ども達全員に名前入りサイン色紙が送られ、「目標を紙に書いて目につく場所に貼り、1日1日を大事にして練習をしてほしい。」と激励しました。

山本大斗選手から、あいだクラブでやってきたことや、中学・高校と良い指導者に会えたことが今の自分に繋がっていると話してくれました。

鳥取県からプロ野球選手が輩出されたこと、間近で触れ合えたことは、子どもたちにとって良い刺激になり、目標として今後の練習の励みになることでしょう。続け!山本大斗(プロ野球)選手へ!

あいだクラブでは、選手一人ひとりのフォームの改善のためにラプソードという機器を導入し、より質の高い指導に繋がっています。ケガをしない体づくり、競技力の向上を目指す野球少年は是非一度「あいだクラブ」を訪ねてみてください。

### 【軟式野球】



あいこでスタート



ダッシュで往復



コーチもダッシュしてみた



寄せ書きの色紙を手渡す



山本選手のユニホームにサインをもらう



米田政紀総監督と  
山本大斗選手(千葉ロッテマリーンズ)

連絡先  
あいだクラブ事務局  
クラブマネジャー:米田 寿代  
TEL:090-8207-4236  
E-mail:masayan.tao@icloud.com



# 令和5年度県民まるごとスポーツ推進事業:スポーツしよい大山



山本さんから指導を受ける。



クリア・ドロップ・ヘアピンなどを練習



コートの端から端まで移動して  
フォアとバックでラケットを振る

令和6年1月13日(土)、スポーツしよい大山主催の「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<sup>※1</sup>」(県スポーツ協会補助事業)で、「バドミントンアスリート教室」を名和農業者トレーニングセンターで開催しました。

※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。

【指導者】 Cheerful鳥取<sup>※2</sup>バドミントン部部长:山本明良さん

Cheerful鳥取選手:大山月佳さん、生木萌果さん、辻田つかささん、宗像美月さん、石田有彩さん、西村ゆり香さん、善家百合子さん

※2 鳥取県内唯一のバドミントンの実業団チームとして活動している。

最初は全体でウォーミングアップをした後、4コート(レベル別)に分かれて、それぞれのメニューをこなしました。ドライブ、ドロップ&ロブ、プッシュ&レシーブ、ヘアピン、スマッシュ&レシーブ等の練習を行った後、シャトルケースを床に並べて、スマッシュで倒す競争をしたりと楽しみながら練習をしました。

最後は、各コートから代表2名がCheerful鳥取の選手と7点マッチの試合を行い、思っていた以上の白熱した試合でとても盛り上がりました。

毎年Cheerful鳥取の方に指導いただけるのを楽しみにしています。トップアスリートと触れ合える貴重な機会です。来年もたくさんの方の参加をお待ちしています。

Cheerfulの選手と対戦



得点が入りハイタッチ!!



姉妹で良いコンビネーションです



中学生コンビで果敢に攻めます。



集合写真:名和農業者トレーニングセンター

連絡先  
スポーツしよい大山事務局  
森永 遥香  
TEL:0859-54-5212  
E-mail:h-morinaga@town.daisen.lg.jp

# 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



【ボッチャ】



【ラダーゲッター】



令和6年1月20日(土)、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」「ラダーゲッター※3」「モルック※4」を県立倉吉養護学校で開催しました。

- ※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。
- ※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、他のボールに当たったりして、いかにジャックボール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。
- ※4 モルックは、モルックと呼ばれる木の棒を投げて、スキttl(木製のピン)の倒れた合計得点が50点ぴったりに得点したチームが勝ちとなるゲームです。

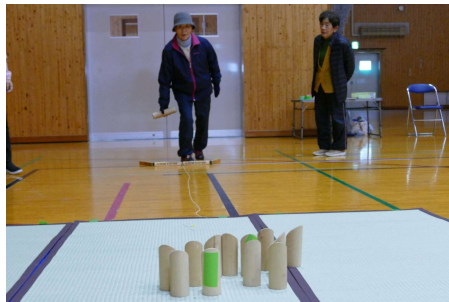
今年度最後の「県民まるごとスポーツ推進事業」だったので、今年度体験していただいた全種目を用意し対戦していただきました。

参加者の皆さんには好評で、思う存分楽しんでいただきました。

この事業を通してクラブの定期的な活動や、交流大会に繋がると良いです。



【ラダーゲッター】



【モルック】



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：NPO法人ウルトラスポーツクラブ



歩く練習



SAKAMOTO の音楽に合わせて動く



ドラえものの音楽に合わせて動く

令和6年1月27日(土)、NPO法人ウルトラスポーツクラブ主催の「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※1」(県スポーツ協会補助事業)で、「親子トランポ・ロビックス※2教室」を実施しました。

※1 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。

※2 ミニトランポリンの上で行う有酸素運動です。直径86cmのミニトランポリンの上で行うエアロビクスエクササイズという意味を持っています。歩く・走る・飛ぶ、体に優しいトレーニング方法です。足腰への負担が少なく、短時間でできる効果的な運動です。

【指導者】 拝藤みゆきさん、小徳早苗さん、中野佳子さん

【参加者】 5組の親子

【内容】

☆拝藤さんから、トランポ・ロビックスの効果、注意事項の説明、ミニトランポリンを使用してストレッチ、歩く練習

☆SAKAMOTO・ドラえものの曲に合わせて動く。

☆ジャンプの練習

☆最高到達点・唱の曲に合わせて動く。

☆ミニトランポリンの上でストレッチ

☆子ども達全員に今日の感想を発表してもらおう。

【子どもたちの声】

☆めっちゃ楽しかった。もっとやりたい。

保護者の方の参加が少なかったので、次回参加の際は積極的に体験いただいて、この浮遊感を味わっていただけたらと思います。



みんなノリノリで踊りました

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

# 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

## 【ボッチャ】



体験間もない長谷川さん



いつもクールな青木さん



正確な投球の藤田さん

令和6年1月5日(金)・19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」と「ラダーゲッター※3」とを倉吉市営体育センターで開催しました。

※1 目的:鳥取県中部において、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の整備、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、いかにジャックボール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。

1月は、「ボッチャ」と「ラダーゲッター」を体験していただきました。「ラダーゲッター」の体験回数がまだ少ないので、投げ方のコツを掴めない人が多く苦手意識を感じてしまっていますが、一度ラダーにボールが引っ掛かると嬉しくて、またやってみようという気持ちになり、皆さんどんどん上手くなっていきます。

どちらの競技も、簡単で気軽に始められるスポーツなので、まだ体験されたことが無い方は是非体験してみてください。

## 【ラダーゲッター】



負けず嫌いな小原さん



勝負師の桑名さん



センスが光る徳永さん

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



# スポトピアとっとりフェスタ2023(西部)開催しました！！

令和6年1月21日(日)、「スポトピアとっとりフェスタ2023\*(西部)」を日吉津村農業者トレーニングセンターで開催しました。

※目的:国民の祝日である「スポーツの日」の関連行事として、スポーツの楽しさや喜びを伝える。

オープニングでは、にちなんダンススクールの生徒さんによるキレッキレのダンスを披露していただき、交流会に花を添えました。

総合型クラブからは、スポーツしよい大山は「輪投げ」・「ストラックアウト」、スポnetなんぶは「サーキット遊び」、NPO法人ウルTRASポーツクラブは「ミニサッカー」、(一社)ほうきスマイリースポーツクラブは「キッズ体操」、にちなんスポーツクラブは「リズム遊び」を提供していただき、参加者には20分で各コーナーを移動する形で体験していただきました。

運営には、総合型クラブ関係者だけではなく、日吉津村教育委員会の方にも会場の調整・当日の準備・「ラダーゲッター」の対応、西部レクリエーション協会の方にも、バルーンアートのブースを担当していただきました。

体験の後は、スタンプカードを受付に提示して、ペロペロキャンディーを1つずつもらって帰りました。

キャンディーをもらった後も、ギリギリまで遊びたいと再び体育館に戻り体験してくれる子どももたくさん居て、とても楽しんでいただけたようでとても嬉しかったです。

協力していただいたクラブ関係者の方々、準備から当日の運営まで関わっていただきありがとうございました。

【主催】 鳥取県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会

【後援】 日吉津村教育委員会

【実施主体】 スポトピアとっとりフェスタ西部地区実行委員会

NPO法人ウルTRASポーツクラブ	(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ	スポnetなんぶ
スポーツしよい大山	にちなんスポーツクラブ	

【対象】 年少～小学生

【参加者】 130名(保護者を含めると約300名)

にちなんダンススクール  
オープニングダンス



西部レクリエーション協会  
バルーンアート



日吉津村教育委員会  
ラダーゲッター



スポーツしよい大山:輪投げ・ストラックアウト





スポnetなんぶ:サーキット遊び



NPO法人ウルトラスポーツクラブ:ミニサッカー



(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ:キッズ体操





にちなんスポーツクラブ:リズム遊び

