



# 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6月 第178号



## (一社)にちなんスポーツクラブ:設立総会を開催しました



設立総会(日南町役場防災会議室)

令和6年5月7日(火)、一般社団法人にちなんスポーツクラブ設立総会が、日南町役場防災会議室で開催されました。

にちなんスポーツクラブは、令和5年3月14日(火)にクラブを立ち上げ、1年間の活動を経て法人格を取得し、本日法人設立の運びとなりました。

来賓として、日南町副町長の角井学氏・鳥取県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会会長後藤弥氏にお越しいただき祝辞をいただきました。

クラブの活動として、立ち上げから1年間「ニュースポーツの普及推進活動」や「子どもの運動機会を創出する」定期活動のほか、「レクリエーションを通して体を動かす活動」、「既存スポーツ団体との連携活動」、「スポーツ・健康づくりの啓発活動」、「スポーツクラブをつなげる活動」など、精力的に取り組まれました。

今年度は、にちなん十色(保育園)交流事業や土曜サッカー教室など児童の運動機会を増やしたり、ボルダリングやミニトランポリン体験等更に活動内容を充実し、多くの方に楽しんでいただけるよう企画しています。

「新しいコミュニティの場」として、町全体が元気になるよう、クラブと行政が協働して地域課題に取り組んでいただけると嬉しいです。

連絡先  
(一社)にちなんスポーツクラブ事務局  
足羽 覚  
TEL:0859-83-1007  
E-mail:nichinan.sc@gmail.com

## スポーツテスト:若桜クラブ



握力



長座体前屈



立ち幅跳び



上体起こし



反復横跳び



20mシャトルラン



ボッチャ



ピックルボール



成績表

令和6年5月11日(土)、令和6年度第1回若桜クラブ総会終了後、若桜町立第1町民体育館で若桜クラブ主催「体力測定<sup>\*</sup>」が実施されました。

小学生からシニアの方まで、30名が参加し、握力・長座体前屈・立ち幅跳び・上体起こし・反復横跳び・20mシャトルランの記録を測定しました。

測定結果は、文部科学省が定めている「項目別得点表」に沿って、1～10点の得点が加算され、「総合評価基準表」から総合得点が高い順にA～Eの評価がつけられた評価表を作成してもらいました。

年に1度は「体力測定」に参加してご自身の運動能力の確認をし、体力の維持・運動能力の向上に役立ててみてはいかがでしょうか。

体力測定が行われている体育館の半面に、ニュースポーツ体験コーナーも設置されていて、「ボッチャ」と「ピックルボール」を体験することができました。楽しんでもらえたかな。

※文部科学省では、昭和39年以来、「体力・運動能力調査」を実施して、国民の体力・運動能力の現状を明らかにし、体育・スポーツ活動の指導と、行政上の基礎資料として広く活用しています。

平成11年度の体力・運動能力調査から導入した「新体力テスト」は、国民の体位の変化、スポーツ医・科学の進歩、高齢化の進展等を踏まえ、これまでのテストを全面的に見直して、現状に合ったものとなりました。

連絡先:若桜クラブ事務局 前住 孝行

TEL:0858-71-0253

E-mail:wakasa.club@sirius.ocn.ne.jp



## 令和6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



サイドアップ



レッグカール



ウェーブストレッチリングを使って体側伸ばし

令和6年5月25日(土)、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」(県スポーツ協会補助事業※)で「心も体もリフレッシュ！簡単エアロ&ヨガ」を幸神体育館(境港市)で開催しました。

※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。

【参加者】 20名

前半は、軽快な音楽に合わせて、簡単で様々なステップ動作に手の動きをつけた有酸素運動を行いました。次に、ウェーブストレッチリングを使用して、足指の間や足裏、両手に持って体側を伸ばすなど全身のストレッチを行いました。

後半は、リラクゼーション音楽を流しながら合蹠(がっせき)前屈のポーズや猫のポーズなど、ゆっくりと深い呼吸と自分の内面を意識して行い、ウェーブストレッチリングでお尻や背中・膝裏伸ばし、シャバーサナで心身をリラックス、最後は合掌で終了です。

講師の方の心地よい声と丁寧な指導で、終わった後は頭も体もスッキリしました。参加者にも大好評でした。



呼吸を整える



体側を伸ばす



合蹠(がっせき)前屈のポーズ



ウェーブストレッチリングで膝裏伸ばし



シャヴァーサナ



合掌

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

## 第4回クロスカントリー競走大会：(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ



年少女子



年少男子



年長女子

令和6年5月26日(日)、(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ主催の「第4回クロスカントリー競走大会」(体験の風をおこそう推進事業※)が伯耆町総合スポーツ公園ちびっこ広場で開催されました。

※国立青少年教育機構が支援する補助金で、青少年の体験活動等の重要性を普及・啓発することを目的として、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。

【参加者】 22名

【部 門】 年少男女 300m、年中男女 400m、年長男女 500m  
走順は、年少→年長→年中

最初に、瀧田さん(アシスタントマネジャー)から注意事項等の説明があり、その後瀧田さんと一緒に歩いてコースの確認をしました。

その後、部門毎にスタートし、子どもたちは全力で走りました。タイムを計り上位3位までには、表彰式で賞状とメダルをもらえます。



年長男子



年中女子



年中男子

表彰を待つ間、応援に来てくれた小学生と保護者有志に、年少さんが走った300mのコースを走ってみてもらいました。

走り終えた保護者は、「しんどい、もっと余裕で走れると思っていた。子どもたちはこのコースを走りきったんだなあ。」としみじみ。子どもをほめてあげました。



小学生



保護者



表彰

表彰式では、各部門毎に皆の前に出て賞状を受け取り、メダルを首にかけてもらい嬉しそうにする子どもがほとんどでしたが、1人だけ女の子が悔しくて泣いていたのがとても印象的でした。  
最後は皆で集合写真！みんな頑張りました！



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

# 令和6年度鳥取県総合型地域スポーツクラブ研修会を開催します！ (日本スポーツ協会公認アシスタントマネジャー養成コース)

会 場 県立倉吉体育文化会館 小研修室1

日 時 令和6年6月29日(土) 午前9時から午後5時まで(受付 8時30分から)  
30日(日) 午前9時から午後5時まで(検定試験 午後5時から6時)

対 象 日本スポーツ協会公認アシスタントマネジャー資格取得希望者、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、総合型地域スポーツクラブに興味のある者等

内 容 講義Ⅰ 「地域スポーツクラブとは」「地域スポーツクラブの現状」「クラブの作り方」  
講師 渡辺泰弘氏(広島経済大学 准教授)

講義Ⅱ 「クラブマネジャーの役割」「クラブの運営」  
講師 渡辺泰弘氏(広島経済大学 准教授)

アシスタントマネジャー資格取得希望者はもちろんですが、  
総合型クラブの事を知りたい！  
というだけの受講(無料)でも大丈夫です。  
たくさんの方に、総合型クラブのことを理解いただいて、  
スポーツを通じた地域づくりに役立てていただけたらと思います。

