

みよし市 スポーツ推進委員だより



2018. 9. 15
No.049

発行・編集／みよし市スポーツ推進委員会 〒470-0224 みよし市三好町池ノ原1 三好公園総合体育館内

URL: <http://www.city.aichi-miyoshi.lg.jp/sports/taikusidouuin.html>

1 平成30年度スポーツ推進委員愛知大会

6月16日（土）平成30年度スポーツ推進委員愛知大会が、日本ガイシプラザにて開催されました。講座では昨年も講師に来ていただいた、大塚製薬（株）梅澤香織氏による『運動と栄養』効果な水分補給と栄養摂取の仕方を学び、やはり朝食を食べることは（特にバランスの取れた朝食はとても良い）頭の回転をよくするという。実技研修では『ボディメイキング』～サルサで流れのよいカラダを目指して～サルサインストラクター・ボディメイキングトレーナーの磯部有記枝氏による、歩き方レッスン、骨盤、股関節、肩甲骨を動かすサルサのステップを使った、ストレッチを行いました。汗をかいて、とても代謝が良いと言う方や、普段動かさない肩甲骨を動かし、スッキリした！との声も聞かれました。最後には音楽に合わせてサルサを踊り、笑顔いっぱいの実技研修となりました。



2 平成30年度第一回スポーツ指導者講習会

6月30日（土）平成30年度第一回スポーツ指導者講習会が開催されました。愛知教育大学教育学部保健体育講座講師で同大学バレーボール部監督の縄田 亮太先生による「ジュニアスポーツ指導」の講義がありました。まとめると、8才～12才迄の子供達の年代ををゴールデンエイジというそうです。この年代は一つの種目の動作を繰り返すだけでなく、色々な種目の動作を体験させることが将来的に様々なスポーツの芽を出す切っ掛けになり、それら色々な経験がその後の人生に大きく活かされる事でしょう！今、10才の子供達は平均寿命が100才を越える時代が来るそうです。その事をふまえて、スポーツ本来の意味である身体を動かす事の楽しさ大切さを教えていく事が生涯スポーツとして重要になってくるそうです。



3 第11回カローリング交流会

7月28日（土）にカローリング交流会が総合体育館アリーナで、競技9チーム（一般8・ボランティア1）と、お楽しみ27チーム（一般18・ボランティア9）で開催されました。競技チームは、正規カローリングルールでおこなうので、インニング毎に作戦をたてながら、得点・勝敗を競い合っていました。お楽しみチームは、特別ルールとして、ポイントゾーンにジェットローラーが入れば得点になるとし、参加者にまずは興味を持っていただき、楽しんでいただくことで、今後カローリング競技に参加して欲しいという思いもあります。交流会中に、少ししか紹介出来なかったのですが、スラックラインというニュースポーツを若干名体験して頂きました。私たちも多少経験した程度なので、上手に紹介出来なかったのですが、バランス感覚を養えるニュースポーツです。今後紹介していければと思います。



4 第13回東山行政区カローリング大会

7月29日(日)みよし公園総合体育館で東山行政区カローリング大会が開催されスポーツ推進委員は審判、実技指導で参加しました。今年で13回を数え、始めての方から毎回出場の方まで33チーム110名が参加しました。大会はセットを重ねローラーを投げる毎に白熱、一喜一憂相手チームと冗談を言い合いながら楽しそうにカローリングをしている姿を見ると、行政区の皆さんの仲の良さが感じられました。結果は第1位は「東山名脇役」第2位は「レッドスター」第3位は「弥栄ヤング」でした。終わってから「とても楽しかった。また、やりたい」との声を聞き協力出来て良かったなと思いました！



5 第24回東郷町民レガッタ 練習会・大会当日

私たちスポーツ推進委員は、2年ほど前から東郷町スポーツ推進委員さん達との交流があり、合同研修を何回か行って来ました。ひよんなことから東郷町民レガッタに出ることになったのです。ぶっつけ本番で臨むわけにも行かず、まずは6月24日の練習会に参加することにしました。ボートはレガッタの中のナックリフォアという艇種で5人乗りのものを練習しました。みんな初体験であり呼吸が合わず思うように真っ直ぐに進まず、こつをつかんだ頃には終了時間でした。不安と期待の中、さて本番はいかに…



8月5日(日)第24回東郷町民レガッタが愛知池で開催されました。140チーム1,200名が参加するととても大きな大会なのだと感じました。カテゴリーは、東郷町・豊明市・長久手市・日進市、みよし市の3市1町スポーツ推進委員の部です。われわれもカヌーやEボートに乗っているし、二時間の練習をさせてもらったとはいえ、レガッタは初めてのことなので、なかなか思い通りには行きません。まず発艇場からスタートラインにつけるのに四苦八苦、他のチームを待たしてしまいご迷惑をかけました。スタートし何とかゴールできました。大変疲れましたが新しいスポーツをやり遂げた達成感はチーム全員感じるところだと思います。機会があればまた参加したいと思います。

