



2024. 07.15

No.081

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://http://www.city.aichi-miyoshi.lg.jp/sports/sportssuisiniin.html>
TEL: (0561)32-8027

令和6年度西三河地区スポーツ推進委員実技研修

令和6(2024)年6月22日(土)岡崎中央総合公園にて開催されました。

スポーツ推進委員として5年または15年以上経験している委員の表彰式が行われ、その後、A:ファミリーバドミントン+障がい者フライングディスク、B:ソフトバレー+ゴールボールそれぞれに分かれて実技体験をしました。



◆ A: 『ファミリーバドミントン』は前衛1人後衛2人の3人のプレイヤーがコートに入り、ラケットでシャトルを打ち合い2回以内で相手に返すスポーツです。バドミントンより短いラケットで扱いやすくスポンジボールに羽のついたシャトルはゆっくり飛び、はじめはタイミングをとるのが難しかったですが、ルールもわかりやすく、家族や友達同士はもちろん、初対面の人と組んでも盛り上がる、幅広い年代誰もが楽しめるスポーツだと思いました。

◆ 『障がい者フライングディスク』は、プラスチック製の円盤(ディスク)を投げて競うシンプルなスポーツです。ディスクの投げ方を教えていただき、キャッチの練習をしました。「グッドスロー」とお互い声を掛け合うなかで自然に笑顔になり、コツを覚えると真っ直ぐ飛ぶのが気持ちよかったです。「アキュラシー競技」では、ゴールに向けてディスクを投げる係、審判員、ディスク渡し係、記録係と競技に関わる役割を順に体験できました。飛んだ距離を争う「ディスタンス競技」は、簡単そうに見えて、まったく思う方向に飛ばず、難しかったです。誰でも、いつでも、どこでも、安全で、障がいの有無問わず、親しまれるスポーツだと感じました。

◆ B: 『ソフトバレー』は円周80センチのゴム製ボール、ネットの高さは2m20cm、プレイヤー4人(前衛2人後衛2人)、サーブは同チーム4人順番通りに回して4回でネットを超えて相手チームに入れます。1回の攻撃は3回で返球しますが、同じ人が2回ボールに触れてはいけません。最初は、サーブを相手コートに入れるのが中々上手いかわず、また3回で返すのを2回で返したり皆さん悪戦苦闘でしたが、すぐにルールを理解して白熱したゲームでした。こどもからお年寄りまで、誰もが気軽に楽しめるスポーツだと思いました。



◆ 『ゴールボール』は、視覚障がい者が男女別に行う対戦型チームスポーツ。アイシェード(目隠し)をして1チーム3人の選手が鈴の入ったボールを転がすように投げ合い、味方ゴールを守りながら相手ゴールにボールを入れて得点を争う競技です。鈴の音を頼りに9mを3人で守り、ディフェンスの時は体を使って守ります。アイシェードをして歩くこともとても難しく、暗闇の中で鈴の音を頼りにゲームが進行します。

