

遊!!すぽーつ

第 6 号

平成 10 年 1 月 1 日

発行

神戸市体育指導委員協議会

神戸市教育委員会

神戸市スポーツ・レクリエーションフェスティバル

～会場スケッチあれこれ～

(10/10 体育の日開催)



▲町民グラウンド会場

実施種目＝なわとび・バタック
輪投げ・クロリティー
ソフトテニス

10月10日(祝)、小春日和のうらかな秋空のもと「だれでも参加でき、軽スポーツに親しむことができる、神戸市民のスポーツのお祭り」として、本年度はじめてスポーツ・レクリエーションフェスティバルが実施されました。

当日は、5つの会場に幼児からお年寄りまで約 2,300人が集まり、いろいろな軽スポーツを体験して、新しい発見をされたことでしょうか！

◆◆町民グラウンド会場◆◆

老人クラブのみなさんの参加があり、たいへん賑やかなうちに時が過ぎました。「はじめてバタックをしたが、おもしろかったよ」と、喜んでくださったおじいちゃん。楽しそうにクロリティーを投げ合っていたファミリー。

いっぱい笑顔がありありがとうございました。

◆◆町民体育館会場◆◆

予想を上回るほど、たくさんのチームが集まり役員さんたちは大慌て。両種目とも勝敗ではなく、ゲームを楽しむことを第一に試合が進められ、あちらこちらで笑いの絶えない大会になりました。

◆◆西座倉グラウンド会場◆◆

参加者のみなさんと気持ちのよい汗を流しました。「初めて体験する種目だ」という人がほとんどでしたが、みなさん意欲的に挑戦され、それぞれの軽スポーツを楽しんでいただき、会場全体からは笑い声や歓声が上がっていました。

◆◆バターゴルフ会場◆◆

家族連れであふれたグリーンは、たいへん微笑ましい光景でいっぱい。おとうさんとお子さんがひとつのボールを交互に打ち合う姿、「次の日曜日再来ようね！」と約束する親子連れ。体育の日にふさわしい1日でした。

◆◆総合体育館会場◆◆

小・中学生を中心に 250人が集まり、1本の綱を大勢で引き合いました。また、フリースローでは子どもたちに交じって「お父さん、がんばって」の声援をうけて挑戦するお父さんたち。結果はご想像のとおり、今一步のようでした。



▲西座倉グラウンド会場

実施種目＝グラウンド・ゴルフ
ターゲット・バードゴルフ



▲バターゴルフ会場

実施種目＝バターゴルフ



▲町民体育館会場

実施種目＝ソフトバレーボール
インディアカ



▲総合体育館会場

実施種目＝綱引き
勝ち抜きフリースロー

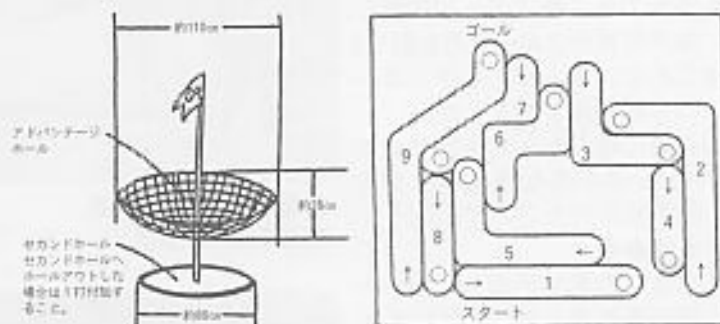
～軽スポーツ紹介コーナー～ Vol. 6 ターゲット・バードゴルフ

【現在における普及状況】

日本ターゲットバードゴルフ協会主催の競技会が年間数回行われており、競技人口は40歳以上を中心に2万人以上にのぼる。

【用具】

- (1)ボール・・・素材は合成樹脂で、ゴルフボールにバドミントンの羽根がついた形状です。(全長105mm ボールの直径40mm 羽根の直径65mm 重量27g)
- (2)クラブ・・・普通のゴルフクラブを使用し、一般的にはピッチングウェッジ、あるいは8番・9番アイアンを用いる。
- (3)スイングマット・・・ゴルフ用人工芝マットを使用する。
- (4)ホール・・・上部ホールをアドバンテージホールといい、パラソルを逆さにして立てた形のもので、直径は約110cmです。下部ホールをセカンドホールといい、フープ(合成樹脂製の輪)を地面に置いたもので、直径は約86cmです。



【場所】

公園やグラウンドなど、どんな場所でもホールをセットし行うことができる。

◆ウェッジコースの標準◆

- ・ショートホール (パー 2、約15～22m)
- ・ミドルホール (パー 3、約30～40m)
- ・ロングホール (パー 4、約50～60m)

【人数】

1組4名以内で、何組でもできる。

【ゲームの方法】

- (1)スタートの第1打は、スイングマットのティーアップから始める。打順は、じゃんけんなどで決める。
- (2)第2打以降拾い上げたボールは、15cmの範囲内でホールに近寄らない別の地点に移動してもよい。
- (3)コースからボールが出た場合は、1ペナルティとする。
- (4)アドバンテージホールに入れた場合は、0ペナルティとする。セカンドホールに入れた場合は、打ったショットの数に1打付加する。
- (5)18ホールの合計打数の少ない者を勝ちとする。
- (6)第2打以降ショットの順番は、ホールから最も遠いボールからプレーする。

- (7)2ホール目以降のティーショットの順番は、前のホールで最も少ないスコアの者からプレーする。
- (8)空振りや1ストロークと数える。
- (9)ボールはクラブヘッドで正しく打たなければならない。押し出したり、かき寄せたり、すくい上げた時は、反則として2打付加する。
- (10)1ストローク中に2回以上ボールが当たった時は、2打として数える。
- (11)ボールがフェアウェイから出た時は、1打付加し、そのボールを打った地点に近いOB地点からストロークする。

第45回 東海四県体育指導委員研究大会に参加して

「生涯スポーツ社会と体育指導委員の役割」を研究大会のメインテーマにして、11月27日・28日両日に高山市民文化会館で開催され、約3,500名の参加の下、盛大に開催されました。

第1日目の分科会では、瑞浪市・揖斐川町の体育指導委員がこれまでの活動内容・研究の成果・今後の課題等について発表され、私たち体育指導委員は生涯スポーツコーディネーターとして、いつでも、どこでも、だれで

をも合言葉にして、スポーツの日常化・生活化に取り組んでいかなければならないと、改めて感じました。

2日目には岐阜県スポーツ顧問の三屋裕子さんの記念講演があり、バレーボールを初めてから憧れのオリンピックに出場するまでの話を中心に、恩師との出会い、練習の厳しさ等が話されました。「人は目標を持ち、目的に向かって頑張ることにより、人生をデザインすることができる」と締めくくられ、笑いあり涙ありで、あっという間に時間が過ぎていきました。

第1回 神戸町パターゴルフ大会を開催

～大会に150名が参加し、楽しくプレー～

11月16日（日）、心配されていた雨も上がり絶好のコンディションの中、『第1回神戸町パターゴルフ大会』が開催されました。

競技開始の合図とともに、各ホールでは歓声や悲鳴！？が飛び交う熱戦が繰り広げられました。4名1組で競技している参加者の表情はとても豊か。「ナイスパー！」の声に満面の笑みを浮かべ、さわやかにガッツポーズする姿があると思えば、「OBになってしまった。止まれ、止まれ！」と大声で叫んでいる人。なかでも圧巻は吉田さん。多くの人が悪戦苦闘した5番ロングホールで、2オン1パットの見事イーグル。とても印象的な場面でした。

また、わたしたち役員の「調子はどうですか？」との



▲力強く選手宣誓をする、勝原選手（サカエ・アンダーズA）



▲ラインを読みパットする、優勝したフレンズチーム

問いかけに、「何があなた、10回以内でやれますか。」と答えた林さん。その真剣で、しかも楽しそうな姿は好感度抜群でした。

最後の表彰式でも、入賞者はもちろんのことホールインワン賞・ブービー賞など多数の賞が発表され、お互いの健闘を讃え合いながら和気あいあいの雰囲気の中、大会は成功裏に幕と閉じました。

なお、大会成績は次のとおりです。（敬称略）

【団体の部】

- ・優勝 フレンズ 4人の合計スコア 265
- ・準優勝 サカエ・アンダーズE 4人の合計スコア 290
- ・3位 サカエ・アンダーズH 4人の合計スコア 290

【個人の部】

- ・優勝 宗宮 昭雄（川西） スコア 70
- ・準優勝 山下 品（三野工業㈱） スコア 70
- ・3位 小山 武久（川西） スコア 74

社会人となり、毎日がマンネリ化しはじめた頃、友人に勧められて和太鼓を習いはじめました。

和太鼓は体全体を使って叩き、その音はドンドンと心に響きます。よい運動になり、そして何より私のストレス解消となりました。

やればやるほど奥深さを感じます。和太鼓で大切なのは、リズムを覚えることはもちろんのこと、楽しく打つこと。そして大きく表現することです。みんなで声を掛け合いながら打つ和太鼓は、格別なも

です。

地区のお祭りや敬老会等、人前で演奏させていただくこともあります。お客さんの喜ばれる顔を見たり、大きな拍手をいただくと、本当にやっていてよかったと思います。

また、和太鼓を通じて多くの方々に出会えたこと、素晴らしい仲間ができたことは私の財産になっています。

これからも、和太鼓でいい汗を流していきたいと思

▶写真前列中央（左から3人目）が小木曾さん

HEALTHY LIFE

輝いています！私

VOL.2

『和太鼓でストレス解消を』
小木曾 恵子さん（瀬古）



スィンク97 西濃スポ・レクフェスティバルに参加して

10月19日(日)、「光る汗、輝く笑顔」のスローガンの下、神戸町・大垣市・池田町の4会場に西濃一円のスポーツ愛好者が一堂に会して、西濃スポーツ・レクリエーションフェスティバルが開催されました。

本町ではふれあいセンターグラウンドにて「ゲートボール交流大会」が350余名が集い、賑やかに実施されました。



交流大会の名のとおり、たいへんリラックスモードで進み、年に一度の同窓会の雰囲気の中で楽しくゲームをしていました。勝敗を競うよりも、楽しむことがレクリエーションスポーツの大切さであることを、改めて認識させてもらう一日になりました。

健康 ひとくちメモ

朝の運動は健康のため
夜の運動は肥満防止のため

歩いたり、適度な運動はなぜ健康によいか知っていますか？

- (1)足のうらは第2の心臓と言われています。足のうらを使うことにより、間接的には心臓のポンプを助けることとなります。だから、今日からでもがんばってください。
- (2)適度な運動は食事のエネルギーを消費し、脂肪として蓄積させない効果があります。(中性脂肪を低下させます。)
- (3)悪玉コレステロールを減らし、善玉コレステロールを増加させます。

適度な運動とは、竹ふみ・早歩き散歩・サイクリング
時間は1日に60分間で週3回(または30分間で週6回)

平成9年6月～9年12月までの活動内容

- | | |
|-----|--|
| 6月 | 体育推進員〔実技〕研修会
西濃地区スポーツ活動指導者講習会 |
| 7月 | 〔前期〕西濃地区体指研修会(揖斐川町)
4校下ラジオ体操の会 |
| 8月 | 西濃地区体指女性部会研修会(揖斐川町)
第1次スポーツ教室(グラウンド・ゴルフ) |
| 9月 | 安八郡体指理事会
組織・広報部会 |
| 10月 | 西濃地区体指常任理事会・理事会
1997神戸スポーツ・レクリエーションフェスティバル
西濃地区地域スポーツクラブ指導者研修会(豊田町)
スィンク97西濃スポーツ・レクリエーションフェスティバル(神戸町・大垣市・池田町) |
| 11月 | 第38回全国体指研究協議会(熊本県熊本市)
組織・広報部会
第1回神戸町バタールゴルフ大会
第45回東海四県体指研究大会(高山市)
岐阜県体指研究大会(高山市) |
| 12月 | 組織・広報部会
※ 定例会 毎月1回開催 |

平成10年1月～5月までの行事予定

- | | |
|----|--|
| 1月 | 西濃地区体指合同会議
安八郡体指〔後期〕研修会 |
| 2月 | 先進地視察研修(静岡県細江町)
第2次スポーツ教室(シェパードアップ体操教室)
〔後期〕西濃地区体指研修会(大垣市) |
| 3月 | 企画・指導部会
体育推進員〔後期〕研修会 |
| 4月 | 西濃地区体指理事会
組織・広報部会 |
| 5月 | 体育推進員〔前期〕研修会
安八郡体指理事会
安八郡体指総会および〔前期〕研修会
※ 定例会 毎月1回開催予定 |

編集後記

私が綱引きを指導させていただいている農家の婦人から、先日こんな話を耳にしました。
「以前はビニールハウスでの作業中、休憩を取りながらしかできなかったのに、綱引きの練習を始めてからスムーズに作業ができるようになった」と。練習を続けられてきた成果でしょう。私もこれを聞いてたいへんうれしく、本当に指導を続けてきてよかったと思いました。

さて、寒さもこれからがいよいよ本番です。寒くなると体を動かす機会が減りがちですが、今年もご自身の体力やその日の体調に合わせて、スポーツを継続して行なっていきましょう。(B)