

遊!!すぽーつ

第 7 号

平成 10 年 6 月 1 日
発行
神戸町体育指導委員協議会
神戸町教育委員会

第2回 神戸町パターゴルフ大会 の開催について

とき：6月14日(日) ところ：パターゴルフ場
雨天21日(日)に順延



◀ 昨年の風景 ▶



タイムスケジュール

午前中：団体戦 午後：個人戦

※個人戦については、当日受け付けが可能な場合がありますので、
6/12(金)までに☎27-3111（内線192）役場 教育委員会 社会体
育係までお尋ねください。

神戸町体育指導委員協議会メンバー紹介（平成10～11年度）

校区	氏 名	町 名	電 話	役 職
神 小	田 中 耕 二			副委員長
	河 瀬 和 寛			組織・広報部会長
	奥 田 尚 二			企画・指導部会長
	杉 原 真知子			校区代表
	若 園 千恵美			
下 小	番 直 雄			校区代表
	山 川 広 利			
	鈴 木 美佐子			
南 小	西 中 英 夫			
	清 水 博 子			校区代表・女性代表
	谷 齊			
北 小	小 倉 武 郎			委員長
	尾 方 梓 子			校区代表
	高 橋 一 美			
学校	小 川 幹 雄			



～新任体育指導委員自己紹介～

このたび、平成10・11年度の体育指導委員に任命されました、高橋です。

私自身は、横井区で体育推進員を8年間、スポーツは、野球を33年間やってきた経験を生かして、1人でも多くの人達にスポーツに親しんでいただけるよう、微力ではありますが、軽スポーツの普及に努力していきたいとします。

今後、諸先輩のご指導をいただきながら、精一杯がんばりますので、よろしくお願いいたします。



（高橋 一美）

このような大役をお引受してとても不安な気持ちです。急速な高齢化の進む社会でゆとりや生き甲斐を感じられるのは健康であるからこそだと思います。

私は、主婦であるという便利(?)な立場をフルに利用して、生活の中で、体にハンディの有る方も含め、子供から高齢者までが、一緒に軽スポーツを楽しむお手伝いが出来ればと思っていますので、よろしくお願いいたします。



（若園 千恵美）

～軽スポーツ紹介コーナー～Vol. 7 バウンドテニス

【概要】

「バウンド」とは英語のboundary（限られたスペース）からきたものであり、コートは通常のテニスコートの1/6の広さです。

ラケットも小型で手のひらで打つ感じが楽しめます。ルールもいたって簡単にサーブがアンダーハンドという以外はテニスに準じています。そのほか、規定時間内にどれだけラリーが続けられるか（ラリー戦）という楽しみ方もできます。



〔B・Tラリー戦〕

得点をしていく競技以外に、ラリー戦競技があります。これは、いかに相手にうちやすいボールをだすか、そして、自分の思った位置にボールを打つかということが重要となってきます。

1. 試合形式

1チームは6名で編成され1つのコートにネットをはさんで3名ずつ分かれて、決められた順番でラリーを行います。



2. ラリー戦の勝敗

ラリー戦の勝敗は、1分間のラリーを2回行い、2回の合計回数をチームの得点とし、得点の多いチームを上位とする。ただし、同点の場合は、該当チームだけで1分間の延長戦を行います。

3. ラリーの開始と終了

各チームは「レディー」というコールで各自のポジションにつき競技開始の合図でラリーを開始します。

1分経過後、競技終了の合図でラリーを終了します。

4. サービスの方法

サービスは、両サイドラインの仮想延長線の内側でベースラインの後方（サービスエリア）で行わなければなりません。

サービスを入れるべきエリアは、相手コート全面とし、センターラインでは区別されません。

※その他はバウンドテニス競技規則に準じます。

5. サービスのフォールト

サービスがフォールトの場合、相手方コートの次順のプレーヤーがサービスをやり直すものと、中断した時のボールはチーム内のどのプレーヤーが拾ってサーバーに渡してもよいものとします。

6. ラリーの中断（サービスから開始する）

- ボールをノーバウンドで返球したとき。
- 相手方コートのプレーヤーが打球するまでに、次順のプレーヤーの足がコート内に触れたとき。
- ラリーの順番を誤って打球したとき。
- その他バウンドテニスの競技規則の失ポイントに該当したとき。

一口紹介

普通のテニスコートの約1/6の狭いコートで、卓球のような低いネットをはさんで打ち合うミニテニス。

（普及状況）

1982年日本バウンドテニス協会が発足し、現在全国大会が年1回開催されるほか、文部省等主催の第1回スポーツレクリエーション祭（1988年、山梨県）から交流試合種目となり、愛好者は全国で約45万人と急速に増加している。

7. ラリーの方法

ラリーを行う順番は競技開始前にチーム内で取り決め1分間の制限時間が終了するまでは同一順番で行うものとします。

次順のプレーヤーは、相手方コートのプレーヤーが打球するまでは、ベースライン後方に位置し、コート内に入ってははいけません。

ラリーはワンバウンド後、ツーバウンドする前に打たなければなりません。

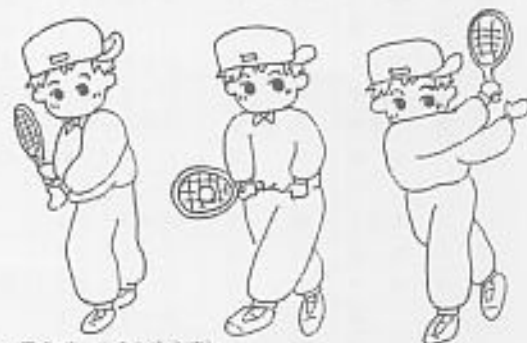
各チームが使用できるボールは1個とします。

8. ラリー回数のカウント

ラリー回数は、各コートの審判がカウントします。

競技開始の合図で、サービスから開始し、相手方コートに有効なラリーが入るごとに1回づつ加えます。

競技終了の合図でラリーを終了しますが、合図の直前に打球されたボールが有効であれば、その打球は有効ラリー回数に含まれます。



（フォアのボールのとりえ方）

ボールをとらえる位置はバウンドしたボールが自分の腰の高さ程度にきたところでとられ、前に押し出します。この際、脇をあげないで肘をからだにそって前方に腕全体で振り出します。



（バックのボールのとりえ方）

左手でラケットを前に押し出しながら右手の肘をからだにそって真直ぐ前に振り出す。この際ボールから目を離さないようにします。

神戸町 第2回 スポーツ・レクリエーション フェスティバル

～いつでも どこでも だれでも チャレンジ軽スポーツ～
とき 10/10(祝) 体育の日に開催決定

予定会場：町民グラウンド等
実施予定種目(案) グラウンドゴルフ・ソフトバレーボール・
インディアカ・バタック・タロリティー・バダーゴルフ等

スポーツ教室を開催して



写真中央 寺田講師

～シェイプアップ教室～

2月に4回コースで、スポーツ教室(シェイプアップ教室)が開催され、終了時のアンケートでも、良かった人が100%、その内大変良かった人が77%を超えました。またこの教室を今後サークル(又はクラブ)化したい人も100%でした。参加者は10代～60代までバラエティーに富み「楽しかったし、次の日に疲れを残すことなくできて良かった」とか「とてもわかりやすく、無理なくできました」の様な意見が多く大変好評でしたので、今年も7月に企画してみました。ぜひ多くの人に経験していただきたいと思います。

静岡県細江町への先進地視察に参加して

平成10年2月6～7日の2日間で浜名湖の北東に位置する細江町において、両町体育指の社会体育活動における意見交換等の交流を図ってきました。

細江町は、昭和50年に文部省から、地域スポーツ振興町の指定を受け「スポーツの町細江」を提唱し、町民総合運動公園を中心に子供から高齢者までスポーツ・レクリエーション活動がとても盛んにおこなわれています。

軽スポーツ普及への取り組みとして毎月2回の「軽スポーツの集い」を昭和62年より続け、毎年企画編集により、現在インディアカとグラウンドゴルフが地域に浸透しているのが大変興味深いです。

今後の課題として参加者の固定化・高齢化等共通の課題も多く、今後もこのような研修・交流の場を続けていきたいと思っています。

最後にこの先進地視察で得たものを参考にして、神戸町の生涯スポーツの普及に努めていきたいと思っています。(奥田)

比較

神戸町	細江町
人口 : 20,859人	20,551人(H9.4.1)
面積 : 18.77㎢	35.77㎢
体指数 : 15人	20人
産業 : 第1次産業 6%	13%(H2)
第2次産業 53%	40%
第3次産業 41%	47%

第11回 全国スポーツ・レクリエーション祭

スポレクぎふ'98

開催期間 平成10年10月3日(土)～10月6日(月)



神戸町においては、協賛ふれあい種目として10月4日(日)に「神戸町スポーツ少年団親子ふれあい運動会」をおこないます。

私が新体操に出会ったのは、高校に入る前です。小さいころから体を動かす事が好きだったのですぐやりたいと思いました。

高校・大学と選手をやり、今は子供達や高校生・大学生を教える事や、審判員として新体操に係わっています。

五年前、岐阜市と大垣市にジュニアクラブを友人と作り、最初は、選手1人から始めましたが、今では80人近い生徒になり、先日第3回の発表会を開くことが出来ました。

BOEATHY LIFE

輝いています！私

VOL.3

「新体操と出会う」

今尾 千里さん(旧姓 新井) [鍛冶屋町]

写真はその時のリハーサルのもので、フロアーの上で少し緊張しながらも楽しそうに笑って演技をしている子供達の顔は、とてもキラキラ輝いていました。その姿を見るとそれまでの苦労とか疲れとか一気に吹っ飛んでしまします。私にとって新体操は、生活の一部であり生き甲斐です。これから、神戸町の子供達に新体操の楽しさを教えてあげたいと思います。

写真 リハーサル風景



平成10年1月～10年5月までの活動内容

1月	西濃地区体指合同会議（大垣市） 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〔シェイプアップ体操〕 西濃地区（後期）体指研修会
3月	
4月	西濃地区体指常任理事会・理事会 組織・広報部会 安八郡体指理事会
5月	組織・広報部会 安八郡体指総合および〔前期〕研修会 体育推進員研修会
※	定例会 毎月1回開催

平成10年6月～10年12月までの行事予定

6月	第2回神戸町バタールゴルフ大会 体育推進員〔実技〕研修会
7月	〔前期〕西濃地区体指研修会（垂井町） 第1次スポーツ教室（シェイプアップ体操）
8月	西濃スポーツ・レクリエーションフェスティバル（海津郡）
9月	安八郡体指理事会 第1回神戸町グラウンド・ゴルフ大会
10月	第2回神戸町スポーツ・レクリエーションフェスティバル 第11回全国スポーツ・レクリエーション祭 西濃地区体指理事会
11月	〔後期〕西濃地区体指研修会（南濃町） 第39回全国体指研究協議会（富山）
12月	西濃地区体指理事会
※	定例会 毎月1回開催予定

神戸町体育推進員連絡協議会名簿

～軽スポーツ推進を後押し～

平成10年度の体育推進員が下記のとおり決定しました。
各地区のスポーツ事業の推進をはじめ、校区や町の行事等にも積極的にご協力いただき、スポーツ振興の担い手として期待されています。

区名	氏名	区名	氏名	区名	氏名
	久保田善男		井上 準一		栗野多嘉夫
	林 利雄		西村信雄		野村幹夫
	若園 伸和		樋口 太		中村博人
	河合豊彦		若園三男		堤 勝則
	伊藤恵一		川瀬久人		坂 一臣美
	若園和朗		堤 秀吉		川瀬 猛
	石田 一行		山川 均		國枝芳和
	成瀬勝彦		北村安幸		桑原幸一
	清水好徳		若松喜一		下野正直
	後藤康晴		久富 武		清水輝雄
	林 尊満		飯田和彦		片寄 誠
	宮前武雄		清水辰好		古田篤志
	若園富夫		清水美之		渡辺康彦
	仁木聖文		河合辰雄		長良 隆
	石崎 徹		大場正信		伊藤浩二
	鈴木武美		佐久間敏幸		佐藤 南
	所 勲		久野三慶		敬 称 略

なお、校区代表は以下のみなさんです。

【神戸小学校区】	（会長）久保田善男	（副会長）林 利雄、樋口 太
【下宮小学校区】	（会長）川瀬久人	（副会長）北村安幸、若松喜一
【南平野小学校区】	（会長）栗野多嘉夫	（副会長）清水辰好、河合辰雄
【北小学校区】	（会長）川瀬 猛	（副会長）下野正直、佐藤 南

健康 ひとくちメモ

知って得する中国医学

季節と身体（その1）

中国医学では、季節と身体の間をとりもたず大切に考えています。

季節を春・夏・土用・秋・冬と5つに分けています。

この中で土用とは、梅雨時と考える人もいれば、季節の変わり目と考える人もいます。

①夏は、暑さで心臓に負担が掛かり、動悸・息切れに注意しましょう。

・身体に良い食べ物：小魚・苦瓜（苦いもの）

②土用は、胃腸が弱り食欲がなくなりがちになり、冷たい物の食べ過ぎに注意しましょう。

・身体に良い食べ物：カボチャ・芋類（甘いもの）

③秋は、肺や気管支が弱るので、喘息や咳に注意しましょう。

・身体に良い食べ物：キムチ・胡椒（辛いもの）

※冬と春は次号、季節と身体（その2）で掲載いたします。

編集後記

「遊！すば一つ」も発行7号、4年目になりました。今年も、新メンバーも加わり、フレッシュでホットな内容の情報を提供し、気軽にできる生涯スポーツへの関心を高め、愛好者の拡大をはかっていくことを心がけています。

また、今年も、岐阜県において「全国スポレク祭」が開催されます。

神戸町でも、多くのスポーツ事業を計画していますので、体指一同、皆様の参加をお待ちしております。

(M.S.)