

体協いちのせき

第12号

令和6年3月8日発行

一般社団法人
一関市体育協会

水谷隼さんトークショー&卓球イベント



本年度の当協会のスポーツ講演会は、3月3日（日）午前10時から一関市総合体育館に2020東京オリンピック卓球混合ダブルスの金メダリストである水谷隼さん（木下グループ所属）をお迎えして開催しました。

トークショーでは卓球との出会いなどを伺う「卓球競技者への道」、世界と日本の違いなどを伺う「世界で感じた卓球事情」、今後の目標や取り組み方などを伺う「スポーツで学んだこと」の3つのテーマで水谷さんからお話を伺いました。

その後、チャレンジコーナーとして水谷さんのサービスを小中学生が返したり、高校生との得点のハンデをつけながらのゲームを行いました。高校生のハンデキャップマッチでは、市内の男女2名の挑戦を受けましたが、2回とも市内の高校生が勝利しました。

また、同行した大矢英俊選手（ファースト所属）とのエキジビションマッチでは、レベルの高い、一流の技術を観客に披露していただきました。

そのほか、水谷さんや大矢選手のバッグやラケットケースなどが当たる抽選会が行われ、会場に訪れた約550人の観客の皆さんは、抽選の結果に一喜一憂していました。

イベントは、2時間ほどで終了しましたが、訪れた方々は大満足の時間を過ごしました。

「体操のお兄さん」佐藤弘道さんにご指導いただきました

令和5年11月12日（日）東山総合体育館にNHK「おかあさんといっしょ」の10代目体操のお兄さんこと佐藤弘道さんを講師にお迎えし、2023ひろみちお兄さんとわくわく親子体操と佐藤弘道先生に学ぶ運動遊び研修会を開催しました。

わくわく親子体操には、58組の親子が参加し、親子での体操を行いました。はじめは緊張していて控えめに体操していたお子さんも、体を動かすうちにどんどん笑顔が増えていき、寒さを吹き飛ばす勢いで元気よく体を動かしていました。子どもの発達を促しながら保護者の運動不足にも効く動作が多く取り入れられており、親子で触れ合いながら笑顔で体操を楽しんでいました。

また、運動あそび研修会では保育士や短大の学生など60名の方が参加し、親子体操の紹介や指導ポイントなどについて学びました。

佐藤弘道先生は親子体操について研究され、日本初の親子体操博士となり、全国で親子体操教室や指導者実技研修会の指導などをされています。今回の研修会では、「運動とスポーツの違い」や「なぜ運動をしないといけないのか」ということなどを講義で分かりやすく説明していただいた後、実技を行い、参加者と佐藤弘道先生やスタッフの方々が一緒に歌ったり、体を動かしたりしました。参加された皆さんからは、「運動の大切さを学べた」、「とてもわかりやすく、楽しかった」といった声が寄せられました。



みんなのスポーツフェスタ 2023 in 花泉体育館

1月27日（土）花泉体育館において、「みんなのスポーツフェスタ2023」を開催しました。「みんなのスポーツフェスタ」は、市民が手軽に楽しめることができるニュースポーツを体験していただくイベントで、参加者はそのコーナーを担当する一関市スポーツ推進委員の方々に



ルールの説明を受けながら6種目（ボッチャ、スカットボール、ラダーゲッター、室内用モルック、スラックライン、ディスクゲッター）のニュースポーツを楽しみました。

参加者からは、「色んな競技を体験することができた、見たことがないスポーツがたくさんあり皆と仲が深まった」など好評でした。同様の内容で2月25日（日）は室根体育館で開催しました。

一関市民ソフトバレーボールフェスティバル

一関市民ソフトバレーボールフェスティバルは、1月21日（日）一関市総合体育館を会場に開催され、市内から総勢47チーム247名が出場し、9部門で熱戦を繰り広げました。当日はソフトバレーボール初心者のチームから、練習を十分に積んで大会に臨んだチームまでさまざまなチームが対戦を通じて交流を図りました。



各部門の優勝チームは次のとおりです。

- ◆ 小学校3・4年生の部 厳美スポーツ少年団 C
- ◆ 小学校5・6年生の部 【男子】山目スポ少 B 【女子】マリン
- ◆ 中学生の部 【男子】アレするか 【女子】Aquamarine
- ◆ スーパーの部 Dios ◆レディースの部 TAKEYAMA
- ◆ シニアの部 VC いちのせき B ◆ファミリーの部 厳美スポーツ少年団 F

すいすいスケート教室

すいすいスケート教室は12月12日から全4回のコースで、小学校低学年から70代まで幅広い年代の方々19名の参加をいただき、千厩アイスアリーナを会場に開催されました。

初回は、スケート靴の履き方の説明を受け、陸上での歩行練習のあとリンク内へ移動し、転び方や立ち上がり方を練習、段階的に氷上での感覚をつかみました。

2回目以降は滑走練習が中心となり、回を重ねるにつれターンやストップ、クロッシングやバックスケートができるようになるなど、参加者はそれぞれのレベルで上達しスケートを楽しみました。



スラックライン教室



スラックライン教室は、1月8日（月）から全4回の日程で一関市総合体育館を会場に開催されました。

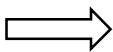
スラックラインとは、細いベルト状のラインの上でバランスを楽しむスポーツです。バランス感覚や集中力などを鍛えることができ、他のスポーツのオフトレーニングとしても幅広く取り入れられています。

教室は、一関市内在住の（一社）日本スラックライン連盟公認インストラクターの指導のもと、4mのライン上を「前進する・片足で静止する・しゃがむ・ジャンプする」などのスキルを教わりました。

10代～30代の参加者は、普段から身体を動かしている方々でしたが、「足が筋肉痛になる」「簡単にできると思っていたが難しい」と悪戦苦闘しながら挑戦し、最終回では、3つのラックを1列に並べたライン上を渡り切るなど、参加者同士で上達したことを喜び合っていました。

体協のホームページ・LINE 公式アカウント ご覧ください

一関市体育協会ホームページはこちら



一関市体育協会
LINE 公式アカウントはこちら

