

くにすぽ

発行 国立市教育委員会生涯学習課
編集 国立市スポーツ推進委員会
〒186-8501 国立市富士見台 2-47-1
問合せ 電話 042-576-2107(直通)

国立市スポーツ推進委員だより（第7号） 平成28年3月1日発行

『集まれ くにっ子！ スポーツ子どもの日』 ～ 小学4、5、6年生がオリンピック&パラリンピック競技を体験 ～

平成27年度の「スポーツ子どもの日」は、「オリンピック&パラリンピック競技を楽しもう」というテーマで、東京女子体育大学の本格的なスポーツ施設をお借りして平成28年2月7日(日)に開催されました。インフルエンザの流行で出席者が減る心配もありましたが、小学4年生から6年生まで51名の子どもたちが参加し、新体操・トランポリン・車いすバスケットボールの3つのオリンピック・パラリンピック競技を体験しました。

新体操は1984年から1989年まで全日本選手権で6連覇、ロサンゼルス、ソウルの両オリンピックに出場された、現東京女子体育大学教授の秋山エリカ先生の指導により、1時間後にはリボンの演技を全員が音楽に合わせてうまくできるようになりました。途中の休憩時間には、新体操部の学生さんで日本トップクラスの3名の

選手による模範演技に、参加したみんなも見とれていました。

トランポリンは、東京女子体育大学のトランポリン部のコーチと学生さんたちが、模範演技を交えながら丁寧にひとりずつ指導してくれました。

車いすバスケットボールは、多摩障害者スポーツセンターの協力により、実際のプレイヤーである二人の先生に来ていただき、車いすの操作からドリブル、パスなどを教えていただき、最後はミニゲームを楽しみました。

子どもたちは普段なかなか体験することのできない競技に、一生懸命取り組んでいました。一日で3種目というハードスケジュールにもめげず、生き生きと取り組む姿は未来のオリンピックの予感を感じさせました。

(坂・森本)



「ミニ体力測定」を実施 平成27年ファミリーフェスティバル

平成27年5月5日(祝)に開催された「ファミリーフェスティバル」では、多くの市民の皆様にご来場いただきありがとうございます。その中で、スポーツ推進委員が中心となって行った「ミニ体力測定」では、昨年度までの反省を踏まえ、小さな子供からご高齢の方まで多くの参加者が楽しく体力測定にチャレンジしてもらったことが出来ました。また、当日テキパキと動きサポートしてくれた東京女子体育大学の新体操部の学生さん、一橋大学の学生さん、多摩障害者スポーツセンターの職員の皆さまにも、心から感謝申し上げます。

来年もより一層充実したものにします。ぜひご来場下さい。(吉野)



社会体育事業報告

■ 街を・山を歩く(横浜方面)

平成26年度の「街を・山を歩く」4回目は平成27年1月29日(木)に「おしゃれて異国情緒あふれる街横浜」と題して、参加者、スタッフ総勢42名で実施しました。谷保駅→武蔵小杉駅乗り換え→みなとみらい駅下車→横浜赤レンガ倉庫→山下公園→横浜中華街(昼食)→元町→港の見える丘公園→元町・中華街駅解散という行程でした。中華街で昼食時間の設定が短かったのか、大急ぎで店を探して食べたり、元町から港の見える丘公園までの急な上り坂に苦慮したり、大変なこともありましたが、様々な横浜の顔を見られたのではないのでしょうか。(生涯学習課 矢部)

■ 街を・山を歩く(多摩湖方面)

平成27年度の「街を・山を歩く」1回目は平成27年5月25日(木)国立駅9時集合で参加者31名とスタ

ッフ6名、総勢37名で実施しました。

立川から多摩モノレールで上北台駅に到着し、駅前広場で身支度を整え、新青梅街道を横切り狭山丘陵をめざしました。途中で東大和市の郷土博物館を横目に緩い登り道を行くと、狭山緑地に到着しました。

一息ついてから、多摩湖周遊道路(自転車・歩行者専用)を歩き、多摩湖(村山貯水池)をめざしました。周遊路はフェンスで立ち入りを制限していますが、金網越しに「タケノコ」が頭を出しているのが見え隠れしています。多摩湖の入口で少し休憩し、取水塔や湖面の景色を楽しみながら、堤防下の狭山公園パークセンターの周辺で昼食。東京都の水がめともお別れし、西武園の横を通過して都立八国山(はちこくやま)緑地から、東村山市の北山公園に向かいました。

八国山は(上野・下野・常陸・安房・相模・駿河・信濃・甲斐)の八ヶ国の山々が眺望できることに由来すると言われています。コナラやクヌギの雑木林で野鳥も多く森林浴に良いコースだと思います。

北山公園の花菖蒲園では、早咲きの菖蒲が見られましたが、6月の梅雨時が見頃だそうです。(浜田)

■ キッズフットサル教室

平成27年3月2日、5日、9日、11日の4日間、午後4時から6時まで、くにたち市民総合体育館で開催しました。対象は就学前の子供たち。参加の子供たちは27名。指導は私と女子コーチの2人で行い、毎回子どもたちを4班に分け各班に東京女子体育大学生の助手もつきました。フットサル(=サッカー)の楽しさを伝えることを第一の目的としました。

練習は初心者でも楽しくボールに触れることができるように工夫をしながら「遊び」の要素を取り入れ、後半にシュート練習、最後にミニゲームを行いました。これは子供たちにとって一番楽しいのはシュートしゴールをすること、と考えての選択です。

4日間の短い教室でしたが、かえって集中してできたため(1週間に2回)子供たちもコーチと助手の学生さんを覚えていてくれ、また練習も前回分の復習が簡単にでき、悩むことの多い練習しないで遊んでしまう子どもも少なく、全体として密度の濃い教室だったかな、と感じています。(仁科)

社会体育事業報告

■ 小学生の初心者水泳教室

「学校のプールが始まる前に、今年こそ泳げるようになっちゃおう！」という呼びかけで、平成27年5月20日から6月18日まで合計8回、小学生の初心者水泳教室を開催しました。

『10m位は泳げるよ』と言う子ども達。でも、なぜ『10mしか』泳げないのでしょうか？それは『呼吸』が出来ていないからです。

毎年5月～6月に開催する小学生の水泳教室では『呼吸』のやり方をしっかり学びます。

呼吸が確保できればすぐに25m泳げるようになり、競泳四泳法マスターに繋がります。

国立の小学生全員が中学生になる前に、楽しく泳げるようになる事を目指しています。(保坂)

■ ファミリーソフトボール教室

(講師:北京五輪金メダリスト佐藤理恵先生)



平成27年11月22日(日)、東京女子体育大学ソフトボール専用コートで小学1年生から3年生までの子どもと親を対象に、ソフトボールの3つの基本的な技術(投げる、捕る、打つ)を学びソフトボールの楽しさを知ってもらい、普及を図ることを目的に実施しました。参加者は25ペア(50名)で、メイン講師は佐藤理恵先生(東京女子体育大学講師・同ソフトボール部部長・北京五輪金メダリスト)、助手として東京女子体育大学ソフトボール部員10名に参加してもらい、それにスポーツ推進員5名と市職員3名がスタッフとして加わりました。

親子ペアを4つの班に分けし、班ごとに分かれてのウォームアップ体操のあと、親子でキャッチボールをしながら、①ボールの投げ方、②捕球の仕方(グラブの使い方)を佐藤先生より模範演技をまじえながら指導して

もらいました。そのあとバッティングを教わり、最後にはミニ試合を行い、ソフトボールの楽しさを知ってもらうことができました。(森本)

都スポ協 研修会報告

■平成27年度第8ブロック実技研修会

(会場:東大和市民体育館)

(種目:スポーツチャンバラ)

平成27年6月20日(土)、東京都スポーツ推進委員広域地区別(第8ブロック)実技研修会が東大和市民体育館で行われ、国立市からはスポーツ推進委員5名、生涯学習課職員2名が参加し、ニュースポーツの「スポーツチャンバラ」を体験しました。

スポーツチャンバラは別名「小太刀護身道」といわれる武道で、エアソフト剣を使い、防具は面のみを付け、護身しながら相手の隙を見つけて打ち込むものです。

世界選手権で3位になられた中林未孔(錬士五段)師範代と根岸まり子(錬士四段)インストラクターの2名の気迫に満ちた厳しい指導に、研修の終わりに近づくと足・腰・腕が悲鳴を上げはじめ、「所詮、チャンバラなんて遊び」となめてかかって参加した自分が後悔するくらい、ハードで奥のあるスポーツであることを知らされました。(森本)

■平成27年度第8ブロック研修会

(会場:武蔵村山市総合体育館)

(講師:野村一路先生 日本体育大学教授)

平成27年8月29日(土)、東京都スポーツ推進委員広域地区別(第8ブロック)研修会が武蔵村山市総合体育館会議室で行われ、国立市からはスポーツ推進委員6名、生涯学習課職員2名が参加しました。

講演のテーマは「地域におけるスポーツ推進委員の役割～スポーツの起源から考える地域スポーツ～」で、生涯スポーツという言葉キーワードにして、様々な角度からスポーツを考えさせられる、大変有意義な時間でした。野村先生は、私が学生時代に講義を受けていた先生でもあり、今まで頭から抜けていた記憶が、講義を聞きながら少しずつ蘇ってくる感覚がありました。今の日本で、誰もが「スポーツ」を「文化」と言えるように、単に与えられた役割をこなすだけで終わらないよう、個々の努力が必要だと感じました。(五十嵐)

平成27・28年度スポーツ推進委員の紹介

国立市スポーツ推進委員は下記の12名で、このうちの5名が平成27年度より新たに委嘱された委員です。

国立市スポーツ推進委員名簿

(任期:平成27年4月1日から平成29年3月31日まで)

氏名	専門スポーツ
森本 敏幸 (議長)	ソフトボール
坂 なつこ (副議長)	バスケットボール
塩野 啓子	ダンス・健康体操
浜田 建司	アウトドアスポーツ
保坂 智子	水泳
仁科 渡	サッカー
増田 徹	障害者スポーツ
五十嵐 治 (新)	サッカー
長谷川 洋子 (新)	新体操
森西 智子 (新)	バスケットボール
吉野 たけし (新)	トライアスロン
土岐 あさえ (新)	水泳

■五十嵐 治

この度スポーツ推進委員となりました、くにたち文化・スポーツ振興財団の五十嵐です。体育大学を卒業して、今まで様々なスポーツを、見て、学んで、実際に行ってきました。この経験をしっかりと活かして頑張ります。

■長谷川 洋子

東京女子体育大学に勤務しており、専門は新体操です。国立市に住んでから40年以上経過しましたが、スポーツ推進委員になってから、初めて知ることがたくさんありました。国立市の皆様のスポーツ活動のお役に立てるよう努力していきたいと思っています。

■森西 智子

はじめまして。森西智子と申します。NHK学園で保健体育の教員をしています。専門種目はバスケットボールです。スポーツをすることは、爽快感・達成感を味わえ、身体面、精神面にとっても効果があります。いいことづくしのスポーツを一緒に楽しみましょう！

■吉野 たけし

平成27年度より国立市スポーツ推進委員となりました、吉野たけしと申します。現在、国立市体育協会広報部長及び国立市トライアスロン連合理事長を務めています。微力ではございますが、国立市民スポーツの普及・振興に寄与出来ればと思います。よろしくお願いいたします。

■土岐 あさえ

皆さん、こんにちは。平成27年11月よりスポーツ推進委員になりました。私は25年余り「水泳」に関わり活動しています。3才の幼児、小学生、高齢者の方々の水泳教室に関わっています。市民の皆さんと様々なスポーツを通し、交流を深めたいと考えています。



平成27・28年度 国立市スポーツ推進委員