

直接指導で技術・精神を学ぶ

中学生バドミントン講習会



その日は、いつもより若干気温は低めだったものの、集まった中学生の熱気で、あっという間に、競技場のポルテージは最高潮に。

生徒の技術向上を目指して

去る平成二十七年八月八日、塩釜ガス体育館・第一競技場において「中学生バドミントン講習会」が開かれました。七十七銀行バドミントン部の選手を講師に迎え、五十一名の中学生たちは基本練習・ノック・ゲーム練習などの約四時間、盛りだくさんの内容で一緒に汗を流しました。

しかし、まずそれは押さえて基礎練習から。これが一番大事、基礎を怠るものは、何処かで躓くのが世の常です。ラニングや基本のステップ、フォームも厳しく指導されました。

講習会を締めくくるのは選手との試合。力の差は歴然ですが、選手は手を抜くことはしません。それは相手のためにならないし、番狂わせがおきないとも限らないからです。鷹はどんな獲物でも捕まえる時は全力で狩りをするといえます。油断をしないことも、プレイ同様、学ぶべきところではないでしょうか？

参加した中学生からは「普段の部活で学べないことを丁寧に教えてもらいました」や「強い方々と練習が出来て嬉しかった」「苦手としていた技が少し上達したと思います」などの感想を頂きました。

今回の講習会では、少しでも多くの技術を一流選手から学び、自身が強くなるためのステップにしようとする姿が随所で見られました。

確実に、塩釜のバドミントンの底上げとなつたことでしょう。



体協スポーツニュース

スポーツ広報委員会

平成27年
10月号
Vol. 19



スイマーたちの祭典!

2015 ユーブルリレーフェスティバル



平成二十七年九月二十七日、すっかりした秋晴れの下、塩釜市教育委員会主催の「2015 ユーブルリレーフェスティバル」が塩釜市温水プールで開催されました。参加者は八十四名、その他たくさんの応援の方が来

館されました。下は六歳、上は八十六歳と幅広い年代から参加のあったこの大会は、県内でも数少ないリレーの大会です。

また、リレーの他に午前のレース終了後、プールに投げ込まれた番号入りのカプセルを一人一つ拾う「宝探しゲーム」や午後のレース開始前の「役員対抗リレー」と遊びもあり、参加者を飽きさせない工夫がされていました。

リレーの良いところは、個人種目と違って仲間がいるので勝った時の喜びは四倍になり、負けた時の悔しさは四分の一になるところでしょう。今回はその結果の第一位のみを掲載いたします。

| | | |
|-----------------|---------|----------|
| 100m フリーリレー | 39歳以下 | 塩釜水泳スポ少B |
| | 40~59歳 | 水の森B |
| | 60~179歳 | エコスイマーズC |
| 200m フリーリレー | 180歳以上 | MOSIO |
| | 39歳以下 | スイムシスターズ |
| | 40~59歳 | 水の森B |
| 100m メドレーリレー | 60~179歳 | G&Gスイマーズ |
| | 180歳以上 | エコスイマーズG |
| | 39歳以下 | 塩釜水泳スポ少B |
| 200m メドレーリレー | 40~59歳 | 水の森B |
| | 60~179歳 | エコスイマーズA |
| | 180歳以上 | MOSIO |
| 200m メドレーリレー | 39歳以下 | おいでよゆう盛 |
| | 40~59歳 | 水の森B |
| | 60~179歳 | G&Gスイマーズ |
| | 180歳以上 | エコスイマーズG |



おらほの☆お元気さん



佐々木 弘さん (72)

プールで運動するようになって十年が経ちます。もともと腰痛持ちなので、負担がかかる陸上での運動よりもプールでの運動を選びました。週四〜五日、一時間の歩行を続けている為か、十年間、体重の変動はありません。プールでは一人で黙々と運動していてもつまらないので、知らない人にも積極的に声がけをしています。そこから話に花が咲いて、顔見知りがたくさん増えました。

今一番の楽しみはスポーツ観戦です。専らテレビ観戦になってしまいましたが、野球・ラグビー・バスケット、どの競技も面白いです。昨年も行われた「全日本実業団女子駅伝・クイーンズ駅伝」は街頭へ出て応援しました。また、お祭りも好きで、北は青森・南は熊本までお祭りを見に出かけたこともあります。私のおススメは二十七台の迫力ある山車が出る青森県の「八戸三社大祭」と、幻想的な雰囲気を出す富山県の「おわら風の盆」です。また行きたいですね。

年齢が上がれば上がるほどプールでの運動は最適だと思います。これからも健康維持のために運動を続けようと思います。



行楽シーズン到来!

その陰に潜む危険

お彼岸も終わり、季節はすっかり秋になりました。寒暖の差が激しくなると一気に進むのが紅葉ですね。宮城には鳴子峡や秋保大滝など紅葉スポットがたくさんありますが、今も蜂の活動期間だということを皆さんは知っていますか？
ここでは遭遇した場合と、万が一刺されてしまった場合の対処法を紹介します。

一般的に蜂の活動期間は四月〜十月・十一月とやわれています。特に七月〜十月は攻撃性の高まる時期で、巣に近づいただけで攻撃してくる恐れがあるのです。

最善の策は巣に近づかない事です。万が一、気付かずに遭遇してしまった場合、次にあげる行動をすると、逆に蜂を刺激するのでやめましょう。

- ・ 大きな声を出さず。
- ・ 蜂を掃う為に激しく手を動かさず。
- ・ 怖いからと言って走って逃げない。
- ・ それでももし、刺されてしまったら、慌てず騒がず次のような行動を取るのが得策です。
- ・ 他の蜂が興奮して攻撃してくるので、身をかがめて姿勢を低くして逃げる。
- ・ 傷口は流水（水道水）で洗い流す。
- ・ 時に生き物は予想もつかない行動を取ります。少しでも蜂の特性を知って、秋の行楽を楽しんでください。



知識の泉

スーパームーンについて

平成 27 年 9 月 28 日、皆さんは空を見上げて何か気づきませんでしたか？いつもより月が大きく感じられませんでしたか？天体の公転軌道は、真円ではなく楕円(だえん)を描きます。月の公転軌道も、楕円を描いているため遠かったり近かったりするので、28日は地球に一番近づいたため大きく見えました。この時の月のことを「スーパームーン」と呼んでいます。残念ながら見逃した方、次のスーパームーンは2016年11月14日です。期待しましょう。



スポーツによる感動支援

一流アスリート誘致先導事業「2015スポーツ・フェスタ in 塩竈」

今年もこの季節がやってきました。平成27年11月23日、特定非営利活動法人塩釜市体育協会主催の綱引き大会が開催されます。この大会も今年で9年目。すっかり定着したイベントとなりましたが、今年は一味違います。実は平成の三四郎の異名を持つ古賀稔彦さんや、国民栄誉賞を受賞された吉田沙保里選手・東北楽天ゴールデンイーグルスに来ていただいた、一流アスリート誘致先導事業とのコラボレーションなのです。そして、今年はというと、なんと！サッカー解説者で有名な松木安太郎氏が来館されます。前半は「綱引き大会」、後半は「松木安太郎の小学生サッカー教室」と盛り沢山な一日です。皆さん、両イベントともお誘いあわせの上、ふるってご参加ください。



2015スポーツ・フェスタ in 塩竈

日時：平成27年11月23日(月)
場所：塩釜ガス体育館 第1競技場

前半：綱引き大会(9時〜12時)
内容：一般の部 一般男女混合の部
小学生の部(各12チーム予定)

後半：松木安太郎の小学生サッカー教室
内容：サッカー教室(13時30分〜)
※サッカーの基礎練習等
対象：市内小学生4〜6年生
※市内小学生・スポーツ少年団含む
定員：50名(先着順)
※質問コーナー及びお楽しみ抽選会もあり。

編集後記

暑さが和らいできた今日この頃、皆さんはいかがお過ごしですか？秋は何かを始めるには良い季節です。暑さで疲れた体は一日少しの運動で徐々に取り戻しましょう。塩釜市体育協会では幅広い年齢の方に運動してもらえようように、色々な教室を準備しております。気軽に足を運ぶください。

編集・発行
特定非営利活動法人 塩釜市体育協会
塩竈市温水プール(ユープル)内
住所 〒985-0006 宮城県塩竈市字杉の入裏 39-173
電話 022-363-4501 FAX 022-366-0281
E-MAIL pool@npo-shiogama-taikyo.or.jp
URL http://www.npo-shiogama-taikyo.or.jp/