

# 塩釜市体育協会ホームページを見てみよう!!

<塩釜市体育協会>または  
 <<http://www.npo-shiogama-taikyo.or.jp/>>  
 で検索☆

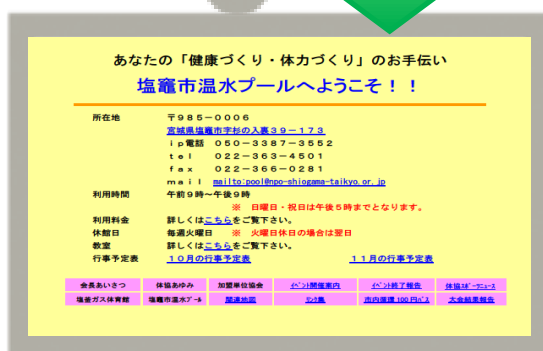
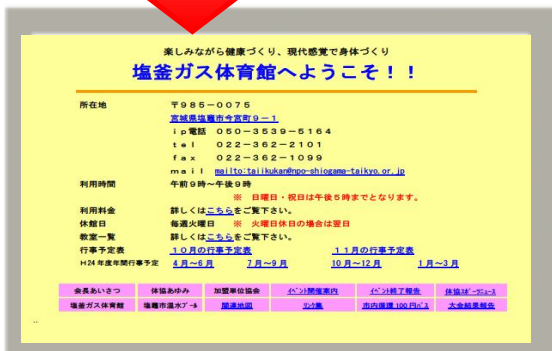
塩釜ガス体育館

塩竈市温水プール



塩釜ガス体育館の写真または、  
 画面右側の塩釜ガス体育館をクリック!!

塩竈市温水プールの写真または、  
 画面右側の塩竈市温水プールをクリック!!



利用時間・料金・行事予定表の他、各施設の教室のご案内もご覧頂けます。

## 塩竈市温水プール 教室参加者の声



## ☆まだまだ参加者募集中☆

先生に基本をしっかり指導してもらっている最中です。ポイントをしっかり指導してもらっているので上達していると思いますが中々悪い癖が直らなく苦労している。目標はクロールで100mは泳ぎたい

教室に参加すると自分の欠点等直していただけるし、少しでも進歩出来るので良い思います。参加者が増えると良い

水の中に入ると得も言われぬ気持ち良く体を腕をグルとまわすのが楽しみ。水から上がった後の運動したという爽快感はたまらなく体に良い事をしていると思う



先生の指導は親切で上手いので週二回のプール通いが楽しみにしています。お陰で体調もよくなりましたので今後も続けたいと思います

自己流で泳いでいたのが先生の指導で直せた事、直せなくても気づかされた事、運動不足が少し解消した事、先生の教室はとても明るくて楽しいです

先生方は、とにかく丁寧に教えて下さいます。感謝です！グループレッスンですが！各個人の注意点などもしっかりわかりやすく教えてもらえるので、助かります

楽しく、みんなと身体を動かし、すっきり、軽くなった気分になります。お友達になりましょう!!

# 子曰く、巧言令色、鮮し仁 子曰く、剛毅朴訥、仁に近し



平成24年11月4日(日)10:30~12:30 塩釜剣道連盟主催の「一森山こども論語塾」が鹽竈神社大講堂で開催されました。今回は加美町及び桃生町の道場の子ども達も招待し、約100名の参加を頂き開催しました。

毎回、安岡定子先生(東京在住・こども論語塾講師)を講師に迎え平成19年より実施しており、今回で13回目を数えております。論語塾の内容は、社会情勢、生活並びに習慣等について色々な事例を取り上げ、ある時は子ども達と話し合い一緒に考え、思いやりや優しい気持ちになってもらいたいと指導を頂いている。素読の実施について、先生が論語の一節を唱えた後に、みんなで意味等を考えずに元気な声を出して読む、その後に子ども達にも理解できる様に解釈してもらいます。実際『論語』は決して堅苦しいものではなく、より身近なものとして感じられる論語塾です。

- ※『子曰く、巧言令色、鮮し仁』～しのたまわく、こうげんれいしよく、すくなしじん～孔子先生がおっしゃいました。ただ口先だけの人より行動が立派な人のほうが素敵じゃないか』
- ※『子曰く、剛毅朴訥、仁に近し』～しのたまわく、ごうきぼくとつ、じんにかかし～孔子先生がおっしゃいました。少しくらい口下手でも優しい人の方が素敵でしょう。だから思いやりの行動を取れることが大切です』



講師名：柴田 匡一郎 氏

けが防止・腰痛予防効果が期待できる  
体幹トレーニングパフォーマンスアップ

しばた きょういちろう  
講師名：柴田 匡一郎 氏  
出身地：宮城県 塩竈市  
経歴：・単身イタリアミラノへ渡る  
・自身のトレーナーとしての基盤を作り上げる  
・森本貴幸選手の専属トレーナーとなる  
※セリエA(イタリア最高サッカーリーグ)  
・「塩竈のために」と震災後、帰郷する  
・現在は仁接骨院にて治療やリハビリを行うと共に各地で講演会を精力的に行う。



スポーツにおいて、姿勢とはとても大切なもの。体幹トレーニングも同様に正しい姿勢で行うことによりインナーマッスルを鍛えパフォーマンス向上、けが防止腰痛改善など様々な効果が期待できる講習会でした。

定員を大幅に超える参加が集まり終始、和やかな雰囲気の中、参加した方々は真剣に講師の話聞き内容を習得しようと活気が溢れていました。



平成二十四年十月二十七日(土)に体幹トレーニングでパフォーマンスアップのスポーツ講習会を柴田匡一郎氏を講師に招いて開催をしました。

