

つ体指通信



ふれ愛

第7号
平成24年
1月発行

発行
津市体育指導委員会
広報部会



「香良洲海岸の初日の出」 撮影：大河内勉利（一志ブロック）



会長 松坂英吉

新年あけましておめでとうございます。

年頭にあたり、一言ご挨拶申し上げます。
昨年は、私たちにとって、とても印象深い一年でした。忘れもしない、三月十一日、東日本大震災により、たくさんの方々が被災され、日本中が暗い、重い雰囲気になりました。

そんな中、「スポーツを通して日本を元気に！」という思いで委員の皆様には各地域や市全域の様々な活動にご尽力いただいたことと思います。

また、昨年八月には、スポーツ基本法が施行され、私たちが長く親しんだ体育指導委員という名称が、スポーツ推進委員と変更されました。

津市は、今年で合併から7年目を迎えます。非常に広い市域ではありますが、私たち一一九名は今まで以上に心を一つにして津市のスポーツ推進を図っていく、そのことを各委員がしっかりと肝に銘じ、これからの様々な活動にあたっていただきますようお願い申し上げます。

「スポーツの意義」

津市スポーツ文化振興部
部長 野呂武弘



平成18年に新津市が誕生してから早いもので6年目を迎えようとしています。

合併特例法が合併後10年を一区切りとしていることを考えますと、市政は、これまでの基盤づくりから、飛躍に向けた新たなステージへと前業市長をリーダーとして進んでいくこととなります。

体育指導委員会の皆様には、平素より地域での振興活動や研修会を通じた普及活動等にご尽力いただいているほか、津シティマラソンや津市民スポーツ・レクリエーションフェスティバルなどにご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

さて、昨年8月には、国においてスポーツに関する法律が50年ぶりに全面改正され、スポーツ基本法として施行されました。

スポーツ基本法では、スポーツの意義や効果について詳しく定義され明文化されており、厳しい練習に耐え自らの体を鍛え上げ高いレベルを目指すアスリートの育成も大切ですが、多くの人にとってスポーツは、人との交流や健康増進、生きがいにつながるなどの意義があると謳われております。

このことから体育指導委員会の皆様の活動はスポーツ基本法においても、また本市における元気な人づくりや住みやすいまちづくりにおいても大変意義のあるものだと思っております。

津市では、スポーツの振興を図るため、これからも一人でも多くの方々がスポーツを楽しむことができるよう、環境の整備や機会の拡充に皆様とともに取り組んでまいりたいと考えています。

現在、新たなスポーツの拠点としてメッセウイングみえに隣接した「津市屋内総合スポーツ施設」の建設に取り組んでいます。この施設は、老朽化した既存施設に変わり、メイン・サブアリーナ、武道場、屋内プール、トレーニングルームなど県都にふさわしい施設として、合併10周年となる平成28年の完成を目指しています。本市のこれからのスポーツ環境にとって、大きな基盤となる事業です。

今後、設計等の作業を進めてまいりますので関心を持って見ていただきたいと思っております。

最後になりましたが、法律の改正により、スポーツ推進委員と名前が改められますが、これまでも増して皆様が一体となって活動され、この会がさらに飛躍されることを願っております。

平成23年度 津市体育指導委員会交流会

一志ブロック 下 出 敏 樹

平成23年 6月12日(日)に津市美杉町の美杉中学校体育館において、津市体育指導委員会の交流会が行われました。

当日は、雲ひとつない晴天とはいきませんでしたでしたが、梅雨時にもかかわらず交流会の間は、雨が降ることもなく、(種目はフォートタッチバレーと屋内競技でしたので天気はあまり関係ありませんでしたが…)無事に交流会を終えることができました。

はじめは、『美杉で交流会を開催して、人が集まるのか?』と言う不安もありましたが、そんな不安は杞憂に終わり、いつもの年と変わらない参加をいただきました。

開会式の後、一志ブロック香良洲町の体育指導委員の方によるストレッチ体操、そして競技へと移りましたが、あちこちから歓声が上がって盛り上がっていました。

旧津市以外で初めて行われた交流会でしたが、その地域の事を知ってもらえる良い機会になると思います。来年以降もぜひ各地域持ち回りで行って下さい。

今回参加していただいた体育指導委員の皆さんも、参加していただけなかった方も美杉には、南北朝の北畠氏ゆかりの北畠神社、その北畠氏に剣術指南した剣豪で有名な塚原ト伝の住居跡や県指定無形民俗文化財の祭り、三多気の桜や君ヶ野ダム公園、伊勢本街道等見どころもたくさんあります。また他にも美杉のこんにやくに美杉森林たまご等特産品もいろいろあります。ぜひ一度来て見て下さい。



平成23年度 三重県体育指導委員研修会に参加して

三重県体育指導委員協議会 女性委員 三 岳 千津子

7月2日(土)午後2時より「ハートフルみくもスポーツ文化センター」にて、女性部会主催の三重県体育指導委員研修会が開催され、出席をしました。

実技研修は、『レクリエーション吹矢』と『フライングディスク』でした。

まず、1つ目の種目、吹矢…?? 忍者にでも。。。?? 侮る事なかれです。これがなかなかおもしろく夢中になってしまいます。そもそも腹式呼吸法を用いて有酸素運動として健康増進効果のために考えられたそうですが、わくわくと適度な緊張感があり、「ストレス解消」に一番だと思います。的に当たった時は感動です。

次に2つ目の種目、フライングディスク? 人間ディスクドッグ? 犬の気持ちになり? これも侮る事なかれです。60秒間、走って走って、投げて投げて、作戦をねって、見ている方も楽しい種目です。2種目とももう一度体験してみたいと思います。



女性部会で種目を協議し、毎年研修会を開催していますが、みなさんの知識の豊富な事、行動力には頭が下がります。今回の吹矢は名張市、フライングディスクは鳥羽市の紹介です。

全参加者119名の内、津市からの参加者は24名でした。もっともっとたくさんの人が参加できる、参加したいなあ、と思うようなアイデアを出し、今後の研修会に貢献できるよう頑張りたいです。みなさんの積極的なご協力とご参加をお願いします。

ブロックだより

津ブロック

◆豊が丘体育振興会でインディアカ研修会◆

津ブロック 木平 恵博

昨年、豊が丘地区体育振興会から、「11月13日(日)に地区住民の交流会を行いたい、インディアカを教してほしい、そして出来る事ならその後試合をして更なる交流を図りたい」との連絡が入り、研修部会が主になり体育指導委員として4名で出前講習を行いました。開会式前には、小学生や中学生、一般の方を含め100人位の参加があり、初めてのインディアカと言う事で、地元体育指導委員も協力して、前半を講習会と練習にあて、慣れてきたところでチームを作り競技を行いました。大人が11チーム、子どもが8チーム、初めてとは思えないほどラリーも続き、皆さん大喜びで終える事が出来ました。

閉会式で大人、子ども共に3チームを表彰し、とても喜んでいました。後で感想を聞くと「とても楽しかった」とか、「これからもやりたい」等、とても嬉しい言葉が聞こえてきました。

初めての事業を計画し、こんなにも参加者があるという事は、地元体育指導委員をはじめ体育振興会の役員さん達の指導力があるから出来る事、これからもご要望があれば、体育指導委員全体で協力をさせていただきます。そして、毎年開催する市民インディアカ大会に1チームでも多く豊が丘地区から参加されることを期待します。



安芸ブロック

◆年に一度の体育祭◆

安芸ブロック 北村 房子

「明日の体育祭は、無理だろうな・・・」10月15日土曜日の夜、ブルーな気分まで雨音を聞いていた。しかし、翌16日、朝6時に開催が決定となり、例年より1時間早い集合時間には、スタッフ全員が集まっていた。

降雨により前日の準備がほとんどできなかった私達には、やる事が沢山あった。まずは、濡れたグラウンドの整備で、乾いた砂を運び入れるため、汗と埃で泥まみれになりながら、一輪車で駆けまわった。整備が終わり、ようやく前日できていたはずの白線引き、運動会のシンボル万国旗の飾りつけ、入退場門の設置などにとりかかった。また、自治会関係団体へ開催決定の連絡もしなければならなかった。まだまだやることはあると、皆がそれぞれのやるべき事を懸命に取り組んでいた。

ところがその時、「香良洲体育祭は、香良洲小学校で行います。」との放送が、河芸町内に鳴り響いた。勘違いした住民から、河芸体育館事務所だけでなく、各体育指導委員の携帯にも「場所が、変更になったのか?」との、問い合わせが相次いだ。そんなハプニングも前日の準備不足も、スタッフの努力とチームワークで乗り越え、当初の予定よりは少し遅れたものの無事に開会式へとこぎつけた。

かわげスポーツクラブ会長の開会宣言を合図に、年に一度の大イベント「かわげ体育祭」がようやく始まった。全員参加のラジオ体操を皮切りに、恒例の競技・新競技に白熱し、校区対抗競技には熱い声援が送られ、大盛り上がりうちに体育祭は幕を閉じた。

そして、がんばった私達は、最高のご褒美、「楽しかった!また来年も来るね!」とのお声をたくさんいただきました。



ブロックだより

久居ブロック

◆グラウンド・ゴルフ交流大会◆

久居ブロック 荒木 孝

平成23年10月30日(日)、津市体育指導委員会久居ブロック主催、「ひさいグラウンド・ゴルフ協会」のご協力をいただき、久居地区交流グラウンド・ゴルフを開催しました。場所は、津市立立成小学校運動場にて、総勢119名(体育指導委員9名を含む)が参加し、和気あいあいと交流を図りました。

グラウンド・ゴルフということもあり若い人の参加はありませんでしたが、ホールインワンが出ると大きな歓声が上がリ、熱気あふれるプレーの連続でした。ラウン



ド終了後、表彰式が行われスコアの良かった人はもちろんのこと、悪かった人もラッキー賞が当たり、各々景品を持ち帰っていただくことができました。

久居ブロックとして初めての試みで多少不安もありましたが、スムーズな運営ができたのも「ひさいグラウンド・ゴルフ協会」及び参加者の皆様のご協力があったおかげだと思います。

本当にありがとうございました。



一志ブロック

◆一志歩こう会◆

一志ブロック 大河内 勉 利

平成23年10月30日(日)一志ブロック事業「一志歩こう会(香良洲地域を散策しませんか!!)」が、スタッフを含め約60人が参加し、実施しました。

事前に開催についての問合せが何件もあり、参加者が多すぎてしまわないかとの心配もありましたが、その心配と天気予報が・・・。少し残念でしたが、まずまずの人数に納まり順調に開催ができました。

雨を心配しながら、集合場所の香良洲公園駐車場を出発し、まずは平成25年3月29日～31日にお木曳き行事、平成26年4月には遷座祝賀会が行われる香良洲神社を参拝！その後「清酒 きげんよし」の今村酒造の酒蔵を案内していただき、試飲も体験することができました。(もちろん、試飲は歩こう会終了後、車を運転しない人だけです！)

続いて、常夜灯・道標を見て香良洲町内、東山荘(旧高山邸)などを回り、香良洲海岸へ。松並木や堤防を通り、香良洲公園に向い、無事歩こう会は終了しました。

時おり小雨が降る中、最近では町内をゆっくり歩くことが少なくなった地域の人たちが自分のペースで町内を回り、香良洲町内を再認識していただきました!?



平成23年度 三重県スポーツ推進委員研修会 兼

第52回 三重県体育指導委員研究大会

平成 23 年 12 月 10 日 (土)

多気町文化会館及び多気町農業者トレーニングセンター

県内のスポーツ推進委員が一同に会し、「スポーツ推進委員の資質向上及び委員相互の親睦を図る」ことを目的に、地域における生涯スポーツの普及・振興について研修を行う、『三重県スポーツ推進委員研究大会』が今回は、多気町で開催されました。

津市からは、44名の体育指導委員が講演研修・実技研修に熱心に研究協議を行いました。開会式のなかでは、津市体育指導委員5名が、永年の地域における体育指導委員として生涯スポーツの普及・振興の功労が認められ、「スポーツ推進委員功労者表彰」を受賞されました。

開会式後の講演会においては、講師の管野美津枝氏が、「明るい未来を手渡すために～スポーツ推進委員の地域教育力の可能性～」という演題で実践スライドを活用し講演されました。この講演は、「NPO法人日本コーディネーショントレーニング協会(JACOT)」が平成17年に「日本におけるコーディネーショントレーニングの普及啓発」を目的として設立され、当初よりライセンスセミナー(指導者育成制度)を実施し、全国の各地のスポーツ推進委員がライセンスを取得し、小学校などの体育の授業の時間に指導者として「コーディネーショントレーニング」の普及を図り、子ども達の体力向上とともに運動能力を高め、明るい地域社会へつなげようという内容でした。

「コーディネーショントレーニング」とは？ ※配布資料より

幼少期から高齢者の方まで、誰でも気軽に楽しく取り組める運動です。多様な動きにチャレンジし、脳と神経の回路を刺激することで、運動やスポーツに必要な能力、(脳や感覚器を刺激する運動を繰り返して神経と筋肉の連動性を高め、体の動きを調整するコーディネーション能力を向上させる)いわゆる「自分の体を巧みに動かす能力」が総合的に身につく、将来のスポーツ活動に幅広く応用でき、現在行なっているスポーツの競技力向上に繋がり、さらには、転倒予防やスポーツ障害予防など「自分の体を守る」ことにも効果があると強調されてきました。運動能力とは、足の速さや力の強さだけでなく「リズム感やバランス感、反応の速さなど7つの要素からなる。」状況に応じた体の動かし方を様々な要素を組み合わせて発揮する必要がある。

したがって、日本のスポーツ界のトップアスリートの育成、指導のトレーニングに導入しているとも言われています。

「コーディネーショントレーニング」は馴染みのない言葉であったので当初は戸惑いましたが講演の中で理解しつつ、午後の実技研修に移り「コーディネーショントレーニング」のプログラムの一部をタオルを使って実践した。頭(脳)と体を使った遊び心を含んだ身体の動かし方(個人、ペア、グループ)等笑い声が絶えない楽しい実技の中で自然に身体を動かすコーディネーション能力が高まっているように感じました。

寒い中での実技でしたが、参加者全員が自然に身体を動かし、体験をすることでより有意義な実技研修であったように思われました。

津市全域でもこのような「コーディネーショントレーニング」の導入を検討し、あかるい未来に繋がることを期待したいものです。

【参 考】 ※配布資料より

コーディネーショントレーニングは、幼児・子どもの体力・運動能力向上やスポーツ障害やバーンアウトの予防、そして、中高齢者の身体機能の維持・改善を目的として実施されている。また、コミュニケーション能力・常道面・学習面・認知症予防にも効果があると考えられ、全国の学校教育やスポーツ・リハビリテーションの現場で、対象者に応じた実践と研究が進んでいます。

第52回全国スポーツ推進委員研究協議会 東京大会に参加して

安芸ブロック 田坂 稔

平成23年11月10日（木）から11日（金）東京体育館・東京大学安田講堂において全国のスポーツ推進委員が一堂に会し、「スポーツの力で日本を元気に」～実りある生涯スポーツ社会を全国の仲間と創ろう～をテーマに掲げ開催されました。

私は、三重県津市体育指導委員として参加させていただき、1日目の開会式に引き続き全国功労者表彰式が行われ、功労者表彰状を斎藤会長から授与して頂き身にあまる思いでありました。この度においては、津市体育指導委員会松坂会長さんはじめ多くのみなさまのお陰によるものと心から感謝するとともに責務の大切さを実感いたしております。

さて、10月からスポーツ基本の制定にともない委員の名称がスポーツ推進委員になりました。シンポジウムでは「地球が支えるスポーツ文化におけるスポーツ推進委員の役割」をテーマにして各大学教授・いずみ鉄道代表取締役社長 鳥塚 亮さん、テレビ朝日局次長 宮嶋泰子さんたちシンポジストが、まちづくりの事例やスポーツと地域との結びつきを考えるコーディネート力を活かした役割がこれから求められると話されました。そして、講演会では日本体育協会会長 張 富士夫さんのトヨタ自動車企業時代の経営哲学や剣道人生のお話「スポーツ界の新しい“つながり”をめざして」カイゼンの極意から（改善する＝外国語になった訳）日々、心身ともに鍛錬が大事と話されました。

2日目は、東京大学安田講堂の第2分科会『“がんばろう日本！復興に向けてスポーツ推進委員だからできること』と題し、兵庫県小山会長、岩手県伊東会長、栃木県さくら市総務課長 君嶋さんの報告などを約1000名の参加者の一人として傾聴した。はじめに全員で東北地方大震災被災者への一分間の黙祷をし、岩手県会長が被災者地域を代表して、全国各県の委員の方々からのご支援と義援金を頂いたことに心から感謝申し上げます。と話されました。被災地での様子をスクリーンに見るにつけ胸が痛みます、各報告は被災地での委員活動としての場づくりと仲間の絆、支援体制の確立と一人ひとりの自覚“自分の命はじぶんで守ろう”そして、何よりのスポーツ推進委員の役割はスポーツ文化と健康づくりの推進コーディネート力で地域に人々のつながりを更に深めていくことが重要であると結んで研究協議会は修了しました。来年度は長崎県での開催となります。

『絆』心は一つ、スポーツ推進委員』復旧・復興に感謝申し上げます。岩手・宮城・福島県から

○田坂 稔 プロフィール○

現在、津市立久居西中学校 初任者研修拠点校指定教員

日本体育協会公認 C級スポーツ指導員（陸上競技）
日本ウォーキング協会ウォーキング指導員
日本ノルディックウォーキングインストラクター
JSCA認定 中高老年期運動指導士
子ども身体運動発達指導士
要介護予防運動スペシャリスト
要介護予防運動コーディネーター

津市体育協会 理事
津市スポーツ少年団 常任委員
津市スポーツ指導者競技部会 会長
津市体育指導委員 理事（学識経験）
NPO法人 あのをスポーツ・クラブ 理事
三重マスターズ陸上競技連盟 理事

☆全日本マスターズ陸上選手権大会☆
9年連続上位入賞（走高跳・三段跳）



フォータッチバレーボール大会

フォータッチバレーボール大会実行委員会
実行委員長 林 裕 行



平成23年度津市民スポーツ・レクリエーションフェスティバルのフォータッチバレーボール大会が、平成23年11月27日(日)に津市安濃中央総合公園内体育館で、34チーム166名が参加し、盛大に開催をしました。

大会は津市体育指導委員会が主管し、体育指導委員66名が大会を運営しました。ご協力いただいた委員の皆さんに心から御礼申し上げます。ありがとうございました。

大会は8コートで各チーム3試合のリーグ戦を行い、各コート1位、2位の18チームが決勝トーナメントに進出し、上位4チームの表彰となりました。各試合ともラリーが続く熱戦となり、寒さを吹き飛ばす歓声が最後まで続きました。試合結果は、下記のとおりです。



☆ 優勝 ☆	NOBUSU (ノーブス)
☆ 準優勝 ☆	くもずA
☆ 三位 ☆	くりのは
☆ 敢闘賞 ☆	敬和

☆受賞おめでとうございます☆

津市体育指導委員として活躍されている方々が、永年、地域住民のスポーツの実技指導・助言、生涯スポーツの振興に貢献している功績を認められ受賞されました。おめでとうございます！今後のますますのご活躍をお祈りいたします。

【全国表彰】 ☆平成23年度 全国体育指導委員功労者表彰☆
田 坂 稔 (安芸ブロック)

【三重県表彰】 ☆平成23年度 三重県体育指導委員功労者表彰☆

太 田 充 彦 (津ブロック)	小 宮 昭 芳 (安芸ブロック)
坂 口 健 治 (久居ブロック)	長谷川 みち子 (津ブロック)
古 市 和 也 (安芸ブロック)	

☆☆☆編集後記☆☆☆

今年は、辰年。干支の動物の中で龍だけは、実在しない。「辰年」は縁起が良いと昔から言われています。「昇り龍」と言って「龍は天に昇る」とされていることから「上昇の年」になるようお願いしたいものです。過去の「辰年」の出来事では、1964年：新幹線の開通と東京五輪の開催。1988年：瀬戸大橋と青函トンネルの開通とソウル五輪。2000年：シドニー五輪で高橋尚子が金メダル。今年2012年は、「東京スカイツリー(5月開業)」と「ロンドン五輪」日本が世界に誇る事柄とオリンピック開催年、そして、東日本大震災からの復興元年でもあり、良いニュースが入ってくることを期待したいものです。『がんばれ！日本！』

津体指から津市スポーツ推進委員(どのように略するの?)への変革?の年です。

(by Nabeyan)

★津市体育指導委員会ホームページ★
<http://tsu-taishi.com/>

観全国体育指導委員連合
<http://www.zentaishi.com/>