

告知板

募集・奨励します

何でもスポーツ教室

来年3月までの1年間、緑体育館を拠点に、スポーツ種目を限定しないでいろいろなスポーツを楽しみながら健康体力と仲間づくりを進めるスポーツ教室です。

ニュースポーツのサークルや種目団体から指導者の派遣を受け、全39回にわたる活動を行います。

すでに活動は開始していますが、定員に満たないため次のおり再募集いたします。

- ◇ 期 間 平成21年3月まで
- ◇ 活動日時 毎週木曜日
午後6:30～8:30
- ◇ 会 場 緑体育館
- ◇ 受講料 5,000円

企業内スポーツ

会社内の福利厚生事業に、企業内スポーツ活動を奨励し、活動の会場や指導の手伝いをします。

働く皆さんの運動不足やストレス発散、メタボ解消など、健康・体力の保持と増進を応援します。

- ◇ 活動メニュー例
 - ・新体力テスト
 - ・ニュー(レク)スポーツ
 - ・各種トレーニング
 - ・各種目スポーツほか



がんばれ!! グリーンキッカーズ!!! 《フットベースボールチーム》



7月20日(日)に若葉球場で開催される第46回北海道障害者スポーツ大会に出場予定のフットベースボールチーム「グリーンキッカーズ」は、本番に向けて練習に励んでいます。

今年1月に、はまなす学園やグループホームを利用する選手10人でチームを結成後、屋内でのルール習得と同時に基本練習を積み重ね、今は声問小学校のグラウンドを会場にがんばっています。

はまなす・緑ヶ丘の両学園職員が監督・コーチを務め、今回の全道大会優勝と、来年新潟で開催される全国大会への出場権獲得を目指します。

チームで最も期待されるのはキャプテンで4番打者(キッカー)を務める楠見昌博選手で、勝敗の鍵を握っているといわれています。

まだ、試合経験の無いチームですが練習試合を重ねながら本番に備え練習に励んでいますので、大会当日には多くの皆さんの応援をお願いします。

スタッフ紹介

- 監督 伊藤基次
- コーチ 白幡哲也
和田行平
- マネージャー 池田生弥
- 選手(年齢)
 - 佐藤 辰男(20)
 - 大坪 達也(20)
 - 若浦 裕治(23)
 - 山崎 三弘(25)
 - 能代谷基希(28)
 - 能代谷康雄(29)
 - 高瀬 達也(40)
 - 久保市智彦(32)
 - 楠見 昌博(33)
 - 若浦恵美子(21)

体力テスト会

仕事や家事の忙しさや、車社会の影響から運動不足が言われるなか、あなたは、ご自分の年齢にふさわしい体力が保たれているのかどうか気になりませんか?

日本体育協会が奨励する「体力テスト」は、幼児からお年寄りまでのあらゆる年齢に応じたテストを実施することで、自分の体力年齢を把握することをはじめ、自分が平均より劣っている部分を知り、その後のトレーニングに活かすことなどでもできますので



地域や事業所などでの取り組みをお勧めします。

財団法人稚内市体育協会では「体力テスト」を実施する際の専門指導員(公認資格保有者)を派遣するお手伝いをいたします。

問合せや申し込みは、体育協会事務局へ

バリアフリースポーツ ポッチャ

パラリンピックの正式種目にもなって年齢や性別にこだわらずに楽しむことのできる「バリアフリースポーツ」とも言うべきニュースポーツ「ポッチャ」を紹介します。

「ポッチャ」は、芝生や土のコート行う「ローンボール」や「ベタンク」という競技と、氷上で行われる「カーリング」に似た屋内競技で、ヨーロッパで考案されました。

ルールはとっても簡単です。バドミントンと同じくらいの広さのコートで、赤・青6個のボールを投げたり、転がしたりして目標球(白ボール)に近づける競技で、相手のボールや目標球に当てて移動させることも可能なことから、最後の1球まで勝負がわからない楽しさが魅力です。座ったまま投げたり足で蹴るなど自由なスタイルが可能なほか、自力で投げたり転がしたりできな時は補助具を使うことも可能です。

本格的な競技スポーツとしても、レクリエーションとしても楽しむことができる「ポッチャ」を是非お試しあれ。

体協では、健康クラブの活動メニューに取り入れ人気のニュースポーツです。

体験や問い合わせは事務局まで



ニュースポーツ紹介

一口メモ

ラグビーのユニフォーム、なぜ横じまが多い?

国内ではラグビーのユニフォームという横じまが多く、外国のチームは、むしろ無地の単色が多い。それは、日本でラグビーが普及されたのが遅かったため、すでに無地で単色のユニフォームは、各国の代表チームのユニフォームとして出尽くしていた。

そこで日本代表チームは、日本の丸をイメージした赤と白の横じまユニフォームを作った。その後、大学や実業団がこれに習って横じまが定着したといわれている。

(スポーツの雑学から引用)

【修(おさむ)ちびっこのSSスキークラブ指導者】
中学校から高校までは、一貫してサッカーに没頭(名門大谷高校時代に全道大会に出場したことをちびっこの「アピール」自慢)。クラブ活動とは関係なく幼いころからスキーを愛好。社会人になってからは、朝野球チーム(前号紹介者が監督の「Kクラブ」)に所属。25歳から本格的にスキーに取り組み、指導するまでになった。(と、スポーツ万能と、自身の努力を自画自賛)



④三宮 修さん一家 (敬称略)

家族でスポーツに取り組み、楽しんでるスポーツ家族の輪をつないでまいります。今号は、前号の「中島 建三さん」から紹介のあった「三宮 修さん一家」です。

われらスポーツ家族の輪

【妻：縁(ゆかり)】
もともとスポーツには無縁だったが、結婚後にスキーに取り組み始めた(と、夫の影響を強調するが、本人の希望ではなかったかも...)。

【長男：大樹(だいき)】
潮見小学校5年生。幼稚園の頃から、父の指導でSSスキークラブに所属(ここでも、父親の強い力が垣間見られる)。

【次男：武尊(たける)】
潮見小学校5年生。兄と同じ幼稚園の頃から、SSスキークラブに所属(家族三人とも、言葉少なだがやっぱり、夫や父親の強引なまでの何らかの力が何られる)。「大樹」君、「武尊」君、お父さんの指導で、大きく翔け!!

【修さんからのコメント】
冬は、家族で市内のスキースキ場を始め、道内や管内のスキースキ場でスキー三昧。でも、夏にはサッカーや野球をテレビ観戦することもよくあり、今年のゴールデンウィークには、家族で札幌ドームでプロ野球(日本ハム対楽天)を観戦した際も日ハムを応援したが、残念ながら楽天「マイ君(田中将広投手)を打ち崩すことができずに負けちゃった。残念だった。(と、スキーばかりではないことを訴えてました。)