



第133号

レッツスポーツ!!

Let's Sports!!

令和2年9月1日発行
一般財団法人
稚内市スポーツ協会
会長 岡谷 繁勝
〒097-0027 稚内市富士見4丁目
稚内市総合体育館内
(一財)稚内市スポーツ協会事務局
TEL28-1111/FAX28-1112
E-mail:taikyo@wakkanai-sports.or.jp
URL http://www.wakkanai-sports.or.jp

みどりスポーツパークでカーリングをやってみた!

5月30日(土)にオープンした稚内市みどりスポーツパーク。

今号ではカーリングをやってみたい人向けにスポーツ協会の職員がみどりスポーツパークに行き実際にカーリングを体験してきました。



尾崎 柊太郎 ~ スポーツ協会に勤めて2年目。レッツスポーツには前号に引き続き2度目の登場。「カーリングは高校の授業以来なので少し緊張しています。」



今回カーリングを教えてくれるのは「みどりスポーツパーク」の飯田さん。カーリング歴は4年。稚内北星学園大学在学中、友人に誘われたのがきっかけでカーリングをはじめた。



まずは券売機でカーリング体験のチケットを購入します。今回は60分1000円のコースを選択。今日は手ぶらで来たのでシューズ、ブラシ、ヘルメット(100円)防寒着(300円)もレンタルしました。**※体験には事前申し込みが必要です。**



窓口でシューズとヘルメットを受け取ります。ブラシと防寒着はレーンの出入り口で受け取ります。



飯田「うまいですね!経験ありますか?」
尾崎「少しだけあります。以前高校の授業でやったことがあるので。」



次にストーンを投げる際の基本動作です。



飯田「まずは氷になれるためレーンを滑ります。はじめはゆっくりで良いですよ。」
尾崎「ノシャップにあったカーリング場とは氷の滑りが違いますね。」



レンタルした用具を着用していざ氷上へ!
「怪我をしないように頑張ります!」



次にストーンを投げる際の踏み出しの練習をします。ストーンの重さを利用します。



尾崎「普段使わない筋肉を使うので足がパンパンです。」
飯田「慣れるまでは足にきますよね。」



飯田「次にスイーピングです。スイーピングをすることでストーンとペブル(氷の表面上の粒)の摩擦を減らして速度を保ったり、方向を調整することができます。」
尾崎「体重の掛け方が難しいですね。」



飯田さんが投げたストーンをブラシでスイーピングします。
尾崎「ストーンの速度に合わせるのが難しい!」



2F観客席から撮影

カーリング体験会に参加してみよう

はじめてこの施設を利用させていただきました。手ぶらでカーリングの体験ができるのがとても驚きました。用具は貸出しているので、カーリングが初めての方でも気軽に楽しめると思います。これを機会に是非カーリングを体験してみてください。

飯田さんからのコメント

カーリング体験は経験のある指導者が丁寧に教えてくれます。手ぶらで体験出来るのでカーリングをやってみたい人は是非一度参加してみてください。皆さんの申込みをお待ちしております。



飯田「だいぶ形になってきたところで今回は時間となりました。グループでの参加の場合は最後に試合をしますが、今日は1人での体験なのでこれで終わりとなります。」
尾崎「もう時間ですか。あっという間ですね。飯田さんのおかげで少しは形になりました。ありがとうございました。」

カーリング体験会

- 開催日時 毎週水曜・土曜日 13時30分~60分
毎週日曜日 13時30分~90分
- 料金 【60分】大人 1,000円/1人
子ども 500円/1人
【90分】大人 1,500円/1人
子ども 750円/1人
※別途レンタル代が掛かります。

体験会は事前申し込み制となります。ご希望日の前日までに稚内市みどりスポーツパークのホームページか電話で申込みをお願いします。
※指導者の手配が困難で希望日に実施できない場合もありますので、予めご了承ください。

稚内市みどりスポーツパーク

☎0162-73-4125 ホームページ <https://wmssp.info/>

カーリング用語の紹介

ストーン：直径約30センチ。重さ約20キロ。強度と滑りやすさに優れたスコットランドのアルサクレグ島特産の花崗岩製の石のみが使われています。
ブラシ：材質は化学繊維が主流。水面をこすってストーンの方向や速度を調整する。
スイーピング：滑っているストーンの前をブラシで掃くこと。

ガード：味方のストーンを守るために置くストーン。
ハウス：ストーンを投げ入れる同心円。
スキップ：ハウスで作戦を考え指示を出す人、司令塔。自分の投球以外はハウスで指示をする。
エンド：野球のイニングのようなもの。1エンド互いに8回ずつ投げ、10エンドで1ゲーム。



今回は1人での体験会ということで試合が出来ませんでしたので、帰りに館内にあるコンバクトカーリングで遊びました。
尾崎「これ家に欲しいです。」

「親子スポーツ教室」

新型コロナウイルスの影響により開講を延期していましたが親子スポーツ教室は、7月7日ようやくスタートすることができました。

開講式では少し緊張していた子もいましたが、名前を呼ぶと元気に「はい！」と返事をしていました。開講式のあとはマットや跳び箱、平均台、フラフープ、ジャンプ、トランポリンなどで跳んだり転がったり、親子で遊びました。

この親子スポーツ教室は2歳から4歳までの幼児と親を対象にしており、幼児を抱える親がともに健康を考え、子どもと一緒にスポーツの楽しさを体験し、親子のコミュニケーションを図ることを目的としています。

活動では部分的に強い力が加わる運動や個人差を考え無理に同じ運動をさせないようにしています。

現在、定員に若干の空きがありますので、参加ご希望の方はスポーツ協会事務局までお問い合わせ下さい。



稚内ジュニアチャレンジクラブ受講者募集

稚内市スポーツ協会では稚内市の子ども達にスポーツを楽しむ機会を提供し、スポーツへの興味・関心を向上させることを目的に今年度もジュニアチャレンジクラブを開講します。

- 主催 ● 一般財団法人稚内市スポーツ協会
- 期間 ● 令和2年10月3日～令和3年2月27日 毎週土曜日 計16回
- 対象 ● 小学1年生～3年生の児童 30名
- 時間 ● 午前10時～11時
- 会場 ● 稚内市緑体育館、稚内市みどりスポーツパーク 他
- 種目 ● 野球、剣道、バスケットボール、フットサル、カーリング 他
- 募集期間 ● 令和2年9月1日(火)～令和2年9月11日(金)
- 募集期間内に定員を超えた場合は抽選とします。
- 申込方法 ● 電話、FAX、メール、こちらのQRコードからも申込できます。→
- 【問い合わせ先】一般財団法人稚内市スポーツ協会事務局まで



※詳しくはスポーツ協会ホームページ
(www.wakkanai-sports.or.jp) や
学校から配られるチラシをご覧ください。

合宿の里わっかない

スポーツの振興と地域の活性化を図る目的で発足した、稚内市スポーツ合宿誘致推進協議会は11年目を迎えました。

今年度は新型コロナウイルスの影響で多くの団体が実施を見送りましたが道内の高校のバレーボール部が例年どおり、冷涼な稚内で合宿を実施しました。

今年度合宿に訪れた岩見沢緑陵高校女子バレーボール部の藤盛監督は「新型コロナウイルスの感染防止対策を徹底し、選手の体調面を毎日チェックしています。この稚内合宿では練習を重ねて選手が自信を持ち帰ることが出来る合宿にしたい。」と話していました。

稚内市スポーツ合宿誘致推進協議会では合宿を計画している団体には、合宿実施2週間前からの検温や合宿期間中の朝夜の検温のほか練習会場での換気やアルコール消毒など、感染拡大防止対策を徹底したうえで受け入れをしています。



自然の家から主催事業のお知らせ

●わんぱくチャレンジ秋「秋の恵みに感謝」

- 日時：令和2年9月19日(土) 9:30～15:30
- 会場：稚内市少年自然の家 他
- 対象：稚内市の小学1年生から4年生まで25人
- 参加費：550円
- 内容：いも掘り体験、創作活動
- ※内容は変更になる場合があります。
- ※詳しくは学校から配られるチラシをご覧ください。



ニュースポーツの紹介 “ボッチャ”

パラリンピックの正式種目で年齢や性別にこだわらずに誰でも楽しむことのできるニュースポーツ「ボッチャ」を紹介します。

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たっ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のほか、自力で投げたり転がしたりできない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「ボッチャ」を是非お試しあれ。

スポーツ協会では、ジュニアスポーツスクールなどで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スポーツ協会事務局まで。



われらスポーツ家族の輪



52 ささき 隆 宣 さん一家

家族でスポーツに取り組み、楽しんでいるスポーツ家族の輪をつないでまいります。今号では、前号の「加藤幸さん」から紹介のあった「佐々木隆宣さん一家」です。

子ども達がスポーツに一生懸命になっている姿や日々の成長を見ることが今の楽しみです。

●父・隆宣(りゅうせん)
沼川で生まれ、中学3年生まで沼川剣道スポーツ少年団に所属していました。小学6年生の時には水戸で開催された全国大会に出場し、2回戦まで進みました。高校からは陸上を始め、キャプテンを任せました。今はスポーツをしていないので、子育てが落ち着いたら体を動かすことから始めたいです。

●母・杏奈(あんな)
スポーツは中学生時代に3年間バドミントン部に所属していました。子ども達がスポーツに一生懸命になっている姿や日々の成長を見ることが今の楽しみです。

●子ども・天穂(てんく) 天北中2年
小学2年生の時、知り合いから誘われたのがきっかけで沼川剣道スポーツ少年団で剣道を始めました。剣道を通して、礼儀作法などを学びましたし、基礎体力がつかえました。

●子ども・天咲(あま) 3歳
小学1年生からバドミントンを始め、今は弟と一緒に練習を頑張っています。

●子ども・天穂(てんく) 天北小1年
高校でもバドミントンを続けたいです。

●子ども・天穂(てんく) 天北中1年
小学校高学年から沼川地区で週に1回やっていたバドミントンクラブに通い始め、中学1年生から本格的にバドミントンを始めました。バドミントンではスマッシュを決めた時や兄との練習で得点を決めた時が嬉しいです。

●子ども・天穂(てんく) 天北小1年
外遊びが大好きな子です。お昼にご飯を食べへ帰ってきたと思ったら、すぐに外遊びが大好きです。今は、キックボードもやりたいし、自転車にも挑戦したいです。

●子ども・天咲(あま) 3歳
子ども達の中では一番活発で、ブランコで遊んだり、外遊びするのが大好きです。

●子ども・天穂(てんく) 1歳8ヶ月
元気に育っています。色々なスポーツに挑戦して欲しいです。一番やんちゃに育っています。色々なスポーツに挑戦して欲しいです。

●隆宣さんからのコメント
※取材中も家の中を走り回っていました。
子ども達にはスポーツを通して、ルールを守ることの大切さや礼儀作法などを身に付けて欲しいと思います。これからも自分の好きなスポーツをずっと続けてください。子ども達のことをずっと応援しています。