

第21回

5月14日(日)常盤台地区

いたばしウォークラリー大会



わくわくドキドキ、行ってらっしゃい！！

前日、一日中降り続いた雨も上がり、第21回いたばしウォークラリー大会が行われました。今大会は常盤台小学校をスタート地点とする約6kmのコースを、90組290名が参加しました。

午前9時より開会式が行われ、「ふるさといたばし体操」で体をほぐした後、参加者はそれぞれ用意された4コースに分かれ、1分おきにスタートして行きました。

コースの途中にはゲームポイントや観察ゾーン、チェックポイントがあり、すべてのイベントをクリアする必要があります。ゲームポイントの弥生小学校では、「ニュースポーツの「ラダーゲッター」と「ペトボトルクップ」にチ

ヤレンジしました。それぞれルールはシンプルでありながらゲーム性が高く、参加者は老若男女問わず楽しんでいました。

ウォークラリーは歩く楽しさをもとに、町の文化や自然を発見できる野外プログラムです。速さは競わないので、じっくりと探索を楽しめます。健康志向やアウトドア志向の高まりにともない、健康的なコミュニケーションイベントとして全国に広がっています。

今年参加できなかった皆さんも、来年はぜひチャレンジしてみてください。



優勝チームの皆さん（中央3名）



長さ当てで得点をゲット！

新任委員のウォークラリー観戦メモ

天候は曇りでしたが気温はそれほど高くなく、ウォークラリーとしてはちょうどよい気候だったと思います。

ウォークラリーのゼッケンをつけているだけで、参加者同士がすれ違うたびに挨拶をする光景は、見ていてほのぼのとした気持ちになりました。また木と木の間の距離を予測する長さ当てでは、手をつないだり、お子さんを横に抱えて計測するなど、ふれあいとアイデアを感じることができました。

恩田

スポーツ推進委員宿泊研修 6月3日(土)・4日(日) 葛が谷公園(神奈川)、天津・鋸山(千葉)

二年に一度の宿泊研修が行われました。この日は梅雨前の快晴のもと、バスは朝7時30分に板橋区役所前を出発し、宿泊研修では恒例の車中の定例会でスタート、その後順調に最初の目的地である横浜市都築区の葛が谷公園に到着しました。

今回、研修の一日目はニュースポーツを体験しますが、ここでは「シャフルボード」です(競技内容は下欄参照)。横浜シヤフルボード協会の方々にご指導いただき、慣れないながら楽しむことができました。

その後バスは次の目的地である千葉県鴨川市の板橋区立天津わかしお学校に向かいました。ここでは、本日二つ目となる「インディアカ」を体験します(競技内容は本誌4ページ参照)。なかなかハードなスポーツで、終わるころには結構汗をかきました。一日目はこれで終了し、宿に移動し大浴場で汗を流し、翌日に備え早めに就寝しました。

二日目は今回のメインイベントであ



頂上までもうひと頑張り!



みんな揃って、ハイ、チーズ

る富士市と鋸南町に跨る鋸山の登山に向かいました。この山は車やロープウェイでも登れますが、スポーツ推進委員としては徒歩で富士市の浜金谷側の登山道から登りました。道は狭く急坂か階段がほとんどで、体力的にはかなりきつかったです。木陰を渡る空気は爽やかで、時折望める東京湾や麓の景色は気分転換になり、また山頂から望む雄大な風景は圧巻でした。次に山中にある日本寺に向かい、岩を彫刻して作られた高さ30mを超える巨大な大仏像の前で集合写真を撮りました。

就任のご挨拶



区民文化部 スポーツ振興課長 金子 和也

「ぎわいの創出」を基本目標に掲げています。このビジョンをもとに、「する・観る・支える」の3つの視点を定め、区民の皆様がスポーツを様々な形で楽しみながら健康で心豊かに暮らし、感動とにぎわいのあるスポーツのまちとなるように全力で取り組んでまいります。

このたび4月よりスポーツ振興課長に就任しました金子と申します。

区では、「板橋区スポーツ推進ビジョン2025」を策定し、「区民の誰もが楽しめるスポーツ環境の整備」と「スポーツによる地域の活性化とに

その後君津市の日帰り湯で入浴、昼食をとり、アクアラインの渋滞に巻き込まれたためバスは予定より遅れて6時15分に板橋区役所に到着し、一泊二日の宿泊研修は幕を閉じました。

「ポッチャ」の審判 初めての試み 5月23日(火) 東板橋体育館



平成29年度の高齢者スポーツ大学に、スポーツ推進委員6名が参加しました。

一般参加者の方々に、ニュースポーツ「ポッチャ」を体験していただくため、ルール説明を行った後、競技を体験していただきました。

参加者の方々には、初めて体験するスポーツですので、まず、「ポッチャ」のボールを投げて感覚をつかんでもらい、その後、試合をしました。初めてにも関わらず、上手な方も多くいました。帰り際には「楽しかったですよ」という声をいただき、スポーツ推進委員としてひと安心しました。私たちスポーツ推進委員は、色々なニュースポーツを体験して、それを広げ、審判ができるようになることを目的に取り組んでいます。

シャフルボードを体験しました!

宿泊研修初日の午前中に、横浜市の葛が谷公園でシャフルボードを体験しました。この公園には、日本でも数少ない、正規のコンクリート製のコートが12面も設けられています。

まずは、横浜シヤフルボード協会の方からゲームのやり方などを解説していただきました。

シャフルボードは、氷上のスポーツのカーリングと少し似ています。全長約190cmのキューを使って、直径約15cmのプラスチック製円盤のディスクをシュートして、コートの反対側の三角形の各得点エリアに入ったディスクの数を合計して競います。

ただし、単に得点エリアに入ればよいというわけではありません。イエローとブラックに分かれ、交互に4回ずつディスクをシュートするため、得点エリアに入っている相手のディスクを外にはじき出したり、得点エリアに入っている自分のディスクを守る位置にシュートするなど、1打ごとに駆け引きが繰り広げられます。

初めはプレーがぎこちなく、ディスクが得点エリアに全然届かなかったり、強く打ちすぎてオーバーしてしまうことがたびたびありましたが、慣れてくると、相手のディスクをマイナス10点のエリアに押し出すなどの好プレーも見られました。

とても面白く、簡単にできるスポーツで、「もっとやりたい!」との声が多く上がっていました。みなさんも、機会があればぜひ経験してみてください。



キューでディスクをシュート!



枠に入れば得点ゲット! でも、10 OFFに入るとマイナス10点!

関東スポーツ推進委員研究大会栃木大会 6月9日(金)・10日(土) 栃木県総合文化センター

一日目の基調講演ではセルジオ越後氏を講師に迎え「人を創るスポーツ」というテーマで講演があり、「昨今人は人に会うのが面倒くさいなど、生活が孤立化し他人を理解することができなくなっている。スポーツは勝ち負けで一喜一憂するだけではなく、人とのふれあいを築くことに対しても有効です」というお話がありました。二日目の分科会では、各地区の活動の紹介がなされ、スポーツイベントだけではなく、市民がスポーツを継続することに意味があり、総合型地域スポーツクラブなどによる「スポーツの生活化」が、これからますます必要になってくるとの講演がありました。

総合型地域スポーツクラブ



NPO 法人 志村スポーツクラブ・プリムラ 理事長 浅見宗弘



今回はプリムラ主催のイベントについてお話しします。毎年、冬に行っている卓球教室はすでに12回を重ねました。第1回は旧都立志村高校の体育館にて行われました。当時のプリムラは志村高校を拠点として活動をしていました。

卓球のことを良く知るため、ニッタクの商標でおなじみの、日本卓球(株)へ相談に行きました。総合型スポーツクラブのことを説明したところ、社長さんが興味を持ってくださいました。スポーツの裾野を広げたいという考えに、大いに共感されたそうです。そして超一流の指導者をプリムラに派遣する約束をしていただきました。第1回目は羽佳純子さんから北京出身の中国代表として世界を転戦し、その後、日本に帰化されました。卓球教室終了後は、参加者のためにサイン会も開いてくださいました。その後も毎年プリムラの卓球教室には一流の指導者を派遣してくれています。総合型SCの基本である、住民、行政、企業との連携のよい例です。プリムラは多くの人の理解と協力によって、成り立っていることを実感させられます。



板橋区スポーツ推進委員 実技講習会 レポート

スポーツ推進委員の
講習会を取材します

突撃



白く平らなボール部分に4枚の赤い羽根がついている。長さ25cm、重さ50g



コート内競技者は4名

◆インディアカは、旧西ドイツで考案されたスポーツです。1936年ブラジルの伝統的なゲーム「ペテカ」をドイツに持ち帰り、その用具に改良を加え考案したものです。インディアカの名称の由来は、「インディアン」と「ペテカ」であり、その合成語としてインディアカが生まれました。

5月の定例会・実技講習会
ニュースポーツの「インディアカ」を全員で体験しました。
ルールはバレーボールに似ています。サーブで始まり自分のコート内にきたインディアカボールをレシーブ、トス、アタックと3回以内に相手に返します。
今回の講習では、ルールの説明を受けた後、選手と審判のグループに分かれます。試合を始めてみると手のひらにインディアカボールが当たらず大苦戦、慣れてくると打ち合いが続きます。このスポーツは全身運動でもあり、ゲームが終わると一汗かくほどです。何試合か見ていると、女性のサーブが相手コートに届かないケースがあり、途中から少し前で打つルールに変更しました。少し工夫をすれば、味方同士との接触もなく、比較的安全で男女混合でも無理なくプレーができました。審判もバレーボールと似ていることから、大きな失敗もなく進めることができました。
初めて体験する人でも簡単に楽しめるゲームでありながら、高度な競技でもあることから、多様な楽しみ方ができるスポーツです。
今後インディアカの特性や競技方法、ルールなどの理解を深め、大勢の方々に指導できる力も身につけ、大会開催があれば中心になって活躍できるように取り組んでいきます。

バドミントンコートを用いてネットの高さは女子200cm、男子及び男女混合215cm

21点を1セットとし、3セットマッチで2セット先取したチームの勝ち。得点はラリーポイント制



サービスは、コートのエンドラインから、アンダーハンドで打つ

4面は今年度も実技講習会をレポートします。今回は「インディアカ」を特集しました。これからも「いたスポ」共々ホームページもよろしく願います。

編集後記

- お知らせ
- ① ドッジボール大会 地区大会
 - 9月2日 (土) 成増地区
 - 10月29日 (日) 常盤台地区
 - 11月19日 (日) 中台地区
 - 11月26日 (日) 仲宿地区
 - 12月3日 (日) 板橋地区
 - 12月10日 (日) 蓮根地区
 - 1月14日 (日) 熊野地区
 - 1月28日 (日) 仲町地区
 - 1月28日 (日) 高島平地区
 - 2月4日 (日) 桜川地区
 - ② ふるさといたばし体操講習会
 - 7月2日 (日) 仲宿地域センター
 - 7月22日 (土) 蓮根地域センター
 - 9月9日 (土) きたのホール
 - 12月2日 (土) 桜川地域センター
 - ※各地域でも順次行われます
 - ③ 区民体育大会総合開会式
 - 9月3日 (日) 小豆沢体育館
 - ④ 障がい者スポーツ大会
 - 9月30日 (土) 小豆沢公園野球場
 - ⑤ 板橋区・高島平ロードレース大会
 - 10月15日 (日)
 - ⑥ 区民ハイキング
 - 10月28日 (土)
 - ⑦ いたばしウォーキング大会
 - 11月3日 (祝)
- ⑧ ～⑩ は「広報いたばし」で順次お知らせいたします。
※予定は変更になる場合がございます