

専門部会だより



役員会	2014年、平成26年の年末を迎えました。心と体の健康を大事に、新しい年2015年を迎えましょう。 1年間ありがとうございました。
事業部	今年も残り少なくなり、寒くなりました。身体に気を付けて、元気で2月のドッチビーフェスティバルを目指しましょう!!!
企画部	来年2月に救命講習を予定しています。期限が近い方もこの機会に受講してください。
広報部	みんなのスポーツ第97号、2月発行に向け検討中です。

江 戸 川 区

スポーツリーダー、

スポーツ推進委員会 **SL** 編集：広報部

NO.375

第37回江戸川区民まつり

10月12日(日)篠崎公園にて区民まつりが行われました。当日は台風19号の影響が懸念されましたが、風もなく過ごしやすい穏やかな一日でした。

私たちが担当したスポーツチャレンジコーナーには今年もたくさん子どもたちが集まり、会場には楽しそうな笑い声があふれていました。3つのコーナーに開始直後から子どもたちの長い列ができていました。今年ドッチビーが1,445名、ナインゴールバスケットが591名、ストラックアウトが766名の計2,802名と昨年並みの参加者数でした。

また、健康ステージでは今野延江委員による「みんなで健康簡単ストレッチ教室」が行われ、周辺のブースで順番待ちをしている方も含め、大勢の方に参加していただきました。「歩こうDAY! ウオーキングクイズ」ではウオーキングに関するクイズが行われ、難問奇問が飛び出すなか大勢の方々に楽しんでいただけたと思います。

ぜひ、来年も多くの方々の参加をお待ちしています。

副会長 平野 秀夫



地区部会だより

小松川	12月21日(日)	グラウンドゴルフ講座 平井南小学校 第二校庭
	27年1月18日(日)	ドッチビー(ふらば~るバレー)講座 小松川小学校
中央	27年1月24日(土)	ドッチビー講座 一之江第二小学校
	27年1月25日(日)	
小 岩	27年1月24日(土)	ドッチビー講座 下小岩第二小学校
鹿 骨	12月20日(土)	ドッチビー大会 篠崎第四小学校
	27年1月17日(土) 27年1月31日(土)	中高年スポーツ教室(ラージボール卓球) 篠崎第五小学校
東 部	27年1月17日(土)	ネオホッケー講座 瑞江小学校
	27年1月24日(土)	" 下鎌田東小学校
	27年1月31日(土)	" 下鎌田西小学校
葛 西	27年1月11日(日) 27年1月18日(日) 27年1月25日(日) 27年2月1日(日)	中高年スポーツ教室(ウオーキング・ストレッチ) 葛西健康サポートセンター

ドッチビー研修会 第三松江小学校 平成26年9月18日

「ドッチビー」とは、小学生などの間で行われているドッジボールのルールとほとんど同じで、ボールの代わりにディスク(柔らかい円盤状のもの)というものを使って行うゲームです。実は私も新人委員で、数ヶ月前までは「ドッチビー」という競技の名前やルールなど全く知りませんでした。この日、私も初めて試合に参加しましたが、基本的なルールはドッジボールと同じですから、ドッチビーもすぐに理解し、ゲームを楽しむ事ができました。また、試合は主審、副審、線審、時計係がつき、ゲームを進めていきます。ドッチビーで使用するディスクは柔らかく、とても軽い材質のもので作られていますので、相手に当てられても痛い思いをしたり、怪我をすることもありません。そして、この軽いディスクを使って競技を行うので、まだ腕力のない子どもや年配の人でも同じように楽しむ事ができるスポーツです。

この日は専門部ごとの4チームに分かれ、総当たりで、1試合は5分間と決め、プレーをしました。試合を行う前は「1試合たった5分間?」と思っていましたが、いざ試合を行ってみるとその5分間がとても長く、試合終了時には息がきれ、汗が流れる程の手ごたえを感じました。

ドッチビーは江戸川区ルールもありますが、その時の人数、経験値、年齢層、会場の広さなどさまざまな条件に対応し、1試合の参加人数や試合時間などを、その場で容易に取り決め、楽しむ事ができるスポーツです。また、幅広い年齢層の人たちに安心して楽しんでいただけるスポーツだという事も実感しました。

今後はこの研修会で学び、体験した事、「ドッチビー」というスポーツの楽しさを、より多くの皆さんに知っていただけるように頑張っていきたいと思えます。

広報部 石井 良一

スポーツ講座 親子レクの指導

中央地区

9月20日(土) 第三松江小学校よりドッチビーの指導依頼があり、中央地区スポーツ推進委員5名で指導してきました。当日は土曜授業(学校公開)の日で、3年生の児童と親がスポーツと一緒に楽しむという趣旨でドッチビーが選ばれたそうです。

校庭に3面のコートを準備し、学校の先生の体操後、ドッチビーについて簡単に説明をしました。そして、クラスごとに児童と親でパスの練習をしてもらい、投げ方や捕り方を教え、ディスクに慣れてから試合をしました。試合は3面で同時に行いました。人数が多く、時間が限られているため、短時間の試合でしたが、ドッチビーは年齢に関係なくすぐ楽しめるので、親子でやる試合は大変に盛り上がりました。

怪我もなく、皆で楽しんだドッチビー親子レクでした。

中央地区 室 伸久

♪♪ 新任委員の紹介 ♪♪

平成26年4月1日付



宇田川 聡 うだがわ さとし(中央地区)

- ❖ 出身地：江戸川区一之江
- ❖ スポーツ歴：バドミントン(社会人になってから)
ハンドボール、サッカー - のGK(学生時代)
バスケットボール(中学生時代)
- ❖ 趣味：食べ歩き(B級グルメ)
- ❖ 特技：料理(自社商品のレシピを考える)
- ❖ ひとつこと：スポーツ推進委員の役割をこなせるように、努力します。

平成26年5月1日付



下口 真寿美 しもぐち ますみ(小岩地区)

- ❖ 出身地：台東区浅草
- ❖ スポーツ歴：バドミントン(中学生時代)
近年は息子の野球観戦
- ❖ 趣味：食べ歩き!!
サイクリング(ママチャリで築地まで記録更新中)
- ❖ ひとつこと：お世話になった地域の皆様に、少しずつ恩返しができたら・・・とスポーツ推進委員になりました。
11年、すすくすくスクールのボランティアで学んだ経験を生かして、精一杯頑張っていきたいです。

学校スポーツの連載

~学校で取り組む体力向上~

江戸川区の教育施策の一つに体力向上があります。各小中学校では、新体力テストの結果をもとに体力向上に向けた取組を行っているところです。



<のぼり棒遊び、鉄棒の奨励>

今年度の4月~6月に行われた新体力テストの結果では、「握力」については、小学校の全学年で、江戸川区の平均は、東京都の平均をほぼ上回っています。握力が課題の学校の中には、のぼり棒や肋木を楽しくできるような工夫をしているところもあります。

体力の向上を図るために、体育の授業の時間の指導改善はもとより、休み時間、朝や放課後の外遊びの奨励を約8割の学校が行っています。様々な運動遊びの用具や場を設定する工夫を行っている学校も見られます。

もう一方で教員の指導力向上のために、区内の学校を会場として教員が集まり、様々な実技研修会を行っています。8割強の学校では、校内でも研修会を行っています。

また、江戸川区では、体力向上委員会を設置して体力向上に向けた取組を考え、体育資料集としてデジタル教材を各学校に配信しています。



<全校児童での体操>



<休み時間の運動遊び>

学校から家庭に向けて、家庭での体力向上の啓発も行っています。全ての学校で、生活リズム向上公開講座を行っていますが、その中で7割の学校が体力向上に向けた授業公開や講演会を実施しています。また、学校だより、学校ホームページや保護者会等を利用して、多くの学校が自校での取組の説明や家庭への協力をお願いしています。

小学生の体力向上には、体育の授業の他にも外遊びが担う役割は大きいと考えられます。児童の興味・関心を高める運動遊びや児童の体力の課題に合う外遊びを紹介し、取り組ませることが必要であると考えます。

今後も家庭との連携を重要と考え、さらに保護者の理解を深め、学校と家庭が協力して児童に働きかけることができるよう、いろいろな機会を通して啓発を継続していきます。

葛西地区 佐藤 美緒