

# 専門部会だより

役員会	イベントが多い季節になりましたが、みなさん頑張ってください！
事業部	あつつい夏も終わり、活動しやすい季節になりました!!! 改めて来年の2月のドッジビーフェスティバルをゴールに定めます!!!
企画部	10月定例会研修で行った「室内雪合戦」についてのご意見を募集しています。もしご意見等ございましたら企画部員までお寄せください。
広報部	みんなのスポーツ第99号「内容検討」及びSL377号を発行いたしました。 皆様のご意見・ご感想お待ちしております。

# 地区部会だより

小松川	27年11月29日(日) 27年12月13日(日)	ドッジビー 平井東小学校 グラウンドゴルフ 平井南小学校
中央	27年11月28日(土)、29日(日) 27年12月5日(土)、6日(日)	ドッジビー 西小松川小学校
小岩		
鹿骨	27年11月21日(土) 27年11月28日(土)	ドッジビー 篠崎第四小学校 ドッジビー大会 篠崎第四小学校
東部	28年1月24日(日) 28年1月31日(日)	ネオホッケー 下鎌田東小学校 ネオホッケー 瑞江小学校
葛西	27年11月21日(土) 27年11月28日(土) 27年12月5日(土)、12日(土)	ソフトラクロス 二之江第三小学校 ドッジビー 第四葛西小学校 ドッジビー 西葛西小学校

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.377

## ～カヌー研修会レポート～

何かと話題を集めております2020年東京オリンピックですが・・・皆さんは、江戸川区臨海町で「カヌースラローム」というオリンピック競技が開催されることをご存知でしたか！？

今回スポーツ推進委員会では、東京都カヌー協会理事長の藤野 強さんをお招きして「カヌーの基本や歴史・スラローム競技の魅力」について、お話を伺いました。理事長の藤野さんは、全日本カヌースラローム選手権大会を11連覇し、1992年バルセロナオリンピックと1996年アトランタオリンピックでは選手として、2000年シドニーオリンピックでは指導者として出場し、数多くの功績を残され、全身から「カヌーが大好きな方です。」という思いがにじみ出てきそうな程明るく魅力的な方でした。

カヌー競技は、日本では50年の歴史があり、1964年東京オリンピックで初参加しました。そして2020年水辺の街江戸川区で「カヌースラローム」が開催されるというのは、待ち遠しさも2倍！2倍！！ですよ。一言で「カヌー」というと・・・緩やかな川辺をゆっくりと漕いで行くカヌーを想像されることでしょうか。2020年東京オリンピックで開催される「カヌースラローム」とは？急流をあのカヌーで下り、複数のゲートを接触せずに通過しタイムを競う、スリル満点の激しいスポーツです。(詳細は下記を参照)

今後も2020年に向けて江戸川区では「カヌー」に限らず、オリンピック・パラリンピックの様々なイベントが予定されております。ぜひ皆様も足を運んでみてはいかがでしょうか！？



小岩地区 下口 真寿美

### ※カヌースラロームとは

スラロームは、変化に富んだ流れのある川で、250m～400mのコースを設定して行います。設置するゲートには上流から下流に向かって通過するダウンゲートと、下流から上流に向かって漕ぎ上がるアップゲートの2種類があり、それぞれのゲートには1から順に番号が付いています。

ゲートの数は18ゲートから25ゲートがあり、カヌーの種類や男女にかかわらず、同じコースで競います。スタートからゴールまでの所要時間は、おおむね90秒前後です。



成績は、スタートからゴールまでの漕行タイムを1秒につき1ポイントとし、ペナルティとして、不通過ならば50ポイント、ゲート接触で2ポイントのペナルティを加算します。つまり、早くてペナルティの少ない選手が勝つ、というシステムです。選手は2回の競技を行い、そのどちらか良い成績を最終成績とします。

# 初級障害者スポーツ指導員養成講習会レポート

8月1日・2日・22日・23日の4日間、東京都初級障害者スポーツ指導員養成講習会に参加しました。精神障害、肢体不自由、視覚障害、聴覚障害、知的障害など、あらゆる障害の理解、ボランティア論、福祉施策などについての座学と、障害者スポーツの実技体験がありました。

スポーツ指導を行う際には、まず第一にコミュニケーションをとって、障害の状況を把握することが必要です。そして、その方に応じて支援を行い、スポーツをする楽しさを少しでも感じていただき、またやってみてもらうようにすることが大切であるとのことでした。各地区のスポーツ推進委員との情報交換もできました。江戸川区では障害者と触れ合う機会はあまり多くはないですが、板橋区では障害者スポーツ大会の運営に携わっているそうです。江戸川区においても障害者スポーツのニーズはきっとあるのだろう、障害をもつ方々にもスポーツをする心地よさを感じていただきたいと思った講習会でした。



車いすバスケットボール（肢体不自由）  
風船バレー（肢体不自由）  
卓球バレー（肢体不自由）  
サウンドテーブルテニス（視覚障害）

## カヌーの体験をしました

2020年東京オリンピックで、江戸川区がカヌースラローム競技会場になるにあたり、カヌーについて知ってほしい、そして機運を盛り上げようということで、子供たちにカヌーを体験してもらう事業が行われています。瑞江小学校では9月24日（木）江戸川カヌークラブの方々に講師を迎え、5、6年生対象に行われました。最初は、不安定でカヌーに乗ることさえも恐る恐るという子どもたちでした。パドル（櫂）を動かしてもまっすぐに進まず、プールの壁や友達のカヌーにぶつかることもありましたが、練習を重ねるごとに上手に操ることができるようになりました。特に6年生は、講習の後半にはチームごとにリレーを行うこともできるようになり、歓声がプール中に響いていました。

2020年までには、区内の全小学校で開催されることになっています。



## 6年生の感想より

私はカヌーを体験するのが初めてだったので、最初はこわくてほかの人にたくさんぶつかっていました。でも先生が左のパドルの入れ方をアドバイスしてくださると、すいすい進めるようになりました。また、ライフジャケットは命を守るために大切な装備だということも学びました。

2020年の東京オリンピックでは江戸川区でカヌー競技が行われるので、観戦をしに行きたいと思っています。

小岩地区 望月 早苗

# 学校スポ推の連載 ～江戸川区の子供の体力の現状～

江戸川区では毎年小学校1年生から中学校3年生までの児童・生徒がスポーツテストを行っています。ここ何年か継続して行っており、1人1人に個人票も渡されるので経年での体力の変化、向上の様子を知ることができます。

平成27年度も調査が行われました。すべてのデータを載せることはできませんが、一部のデータをご紹介します。全国や東京都との比較で全体の傾向についてもそれらのデータから考察してみたいと思います。

<6年男子> ※下線の値は全国・東京の平均を下回るもの

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ
江戸川区	19.8	21.9	35.8	<u>44.8</u>	<u>56.6</u>	8.9	<u>161.3</u>	<u>25.0</u>
東京	19.3	21.9	35.8	45.0	58.5	8.9	161.6	25.5
全国	20.0	21.7	34.1	45.8	62.5	8.9	163.7	28.4

<6年女子>

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ
江戸川区	19.4	20.1	41.1	<u>41.8</u>	<u>42.3</u>	<u>9.2</u>	<u>152.4</u>	<u>14.2</u>
東京	19.0	20.1	41.1	42.3	44.4	9.1	152.8	14.7
全国	19.7	20.0	39.7	43.0	49.0	9.1	155.2	16.9

以上の数値になりました。

今、小・中学生の体力低下は大きな問題となっています。以前この連載でもお知らせをしましたが、東京都の児童、生徒の体力テストの結果は全国的に見ても中位から下位にあり、さらに江戸川区は都の中でも平均以下にあります。各学年で若干の違いはありますが、江戸川区全体の傾向として、全国や東京の数値と比較すると、概要次のような傾向があると考えられます。

- ・（表にはないが）体格的には、身長・体重とも都の平均とほとんど変わらない。
- ・長座体前屈では全国の平均よりも数値が高く、体の柔軟性に関しては問題がない。
- ・握力、上体起こし等、筋力に関しては、全国や都と同じ位のレベルである。
- ・反復横とび、立ち幅とびという瞬発系の動きは、やや低いレベルにある。
- ・シャトルランでは、全国や都の平均からかなり低い数値であり、持久力が下回っていることがわかる。
- ・ソフトボール投げでも、平均値を下回っており、投力が弱いことが明らかである。

これらの結果からわかるのは、瞬発力、持久力など、体力の基礎となる力がやや低いということです。こうした現状については、さまざまに考えられるのですが、最大の原因は運動不足、体を動かす習慣が身に付いていないということだと思われます。それは、こうした数値の差が低学年段階ではそれほど大きくないものが、高学年になるにつれてその差がどんどん開いていくということからも明らかです。小さい頃は良く体を動かして遊んでいた子供たちも、学年が上がっていくにつれて体を動かさなくなってきたということです。

江戸川区の各学校では、こうした実態を踏まえて学校内に物を投げる動きを取り入れた遊具を設置したり、休み時間の遊びをゲーム化、点数化して楽しみながら体を動かすことのできるような取り組みを行ったりしています。子供は、毎日の遊びの中で体を動かしながら体力を付けていくものですが、地域のスポーツ講座でも、子供たちが気軽に体を動かしていくことのできるプログラムを増やしていけるといいですね。

小松川地区 赤津 俊也