

# YAKUDOU



第59号 (財)静岡市体協だより

## スポーツ指導者資質向上講習会開催



hisashi mizutori

**水鳥寿思選手  
講演!**

平成20年12月7日(日)に静岡市中央体育館会議室において、スポーツ指導者資質向上講習会を開催しました。講師には静岡市が誇るアテネオリンピック金メダリストの水鳥寿思選手をお招きし、“トップアスリートから見る指導者”をテーマに約60分ご講義いただきました。苦しんだ時期を乗り越えたお話など、体操にかける思いがひしひしと伝わり、受講者からは“目標を設定し、それを成し遂げようとする強い意志、自信がさすがだと感じた”や“指導者は選手を勇気付ける存在でなくてはならない”など、今後の指導や取組みの参考となる講習会となりました。

# 加盟団体 紹介

## 静岡市合気道連盟

会長／加藤 昇

静岡市合気道連盟の合気道教室は昭和46年に始まり、現在まで多くの方々に参加していただいています。

合気道は相手を力に頼り倒そうとしたり、相手と勝負を争うことを目的としていません。無理をせずに、素直で合理的な動きが自然にできるように、技を繰り返し練習します。

婦女子、少年、壮年といった性別や年齢に関係なく、護身術や美容健康法が習得できます。

また機敏性が養われ、心身の修行にもなります。それぞれ各々の目的・目標のもとに、日常生活の中で自然に活かすことができます。

初心の方や興味を持たれた方の合気道入門として、手軽に参加できるように合気道教室を運営しています。対象は市内在住か、通勤通学している意欲のある中学生以上の男女です。教室は中央体育館・南部体育館・北部体育館・東部体育館・長田体育館で行なわれています。



## 静岡市なぎなた連盟

会長／佐野 康輔

静岡市なぎなた連盟は平成4年4月に(財)静岡市体育協会に加盟いたしました。

なぎなたは演技、試合があり、刃部は竹、柄部は櫨の木で出来た長さ210cm～225cmのなぎなたを使います。女子の武道として発達し、現在は男女問わず小学生から高齢者まで、スポーツなぎなたとして普及しています。

年間行事として、静岡市民大会・体育の日大会を開催し、県大会や会長杯ジュニア大会、全国大会では中学生大会・エンジョイ大会・ねんりんピック大会等に参加しています。

なぎなたは技を練り、心を磨き、気力を高め、体力を養うことを目標にしています。また、なぎなたの技は左右対称に行ない、バランスの良い身体の発達に高い評価を得ています。なぎなたをより多くの人に知ってもらい、入門してもらえるように普及活動に努めたいと思います。



# 主催事業を振り返って

## ベビーとママの3B体操教室



中央体育館 平成20年9月10日～12月 3日  
平成21年1月 7日～ 3月25日

南部体育館 平成20年9月11日～12月 4日

北部体育館 平成21年1月 8日～ 3月26日

これまで清見潟公園スポーツセンターで開催されていた、ベビーとママの3B体操教室を、中央体育館と南部体育館及び北部体育館でも開催しました。

生後2ヶ月から6ヶ月、7ヶ月から11ヶ月、そして1歳児の3つのコースがあります。0歳児は主にベビーマッサージ、1歳児は道具を使い音楽に合わせて親子で楽しく運動しました。また、運動だけでなく、子ども同士、親同士のコミュニケーションの場としても大変有意義な教室であると思います。

なお、定員の約5倍のお申込をいただいたコースもあったことから、平成21年度については会場を増やして開催いたします。

## 健康体操とマッサージで介護予防



南部体育館 平成20年 9月16日～10月28日

東部体育館 平成20年10月20日～12月 8日

清水総合運動場 平成20年10月29日～12月 5日

介護予防教室も3年目をかぞえ、当協会の事業として定着しつつあります。今年度は葵区の東部体育館、駿河区の南部体育館、清水区の清水総合運動場の3会場で“健康体操とマッサージで介護予防”を開催しました。

参加者が自ら、あるいは相手に施すマッサージを習得してもらうよう、昨年度より回数を増やして教室を行ない、主に関節の可動域の改善や体幹の健康体操など、全身のバランスを整えることを目指しました。回を重ねるごとに受講者同士のコミュニケーションが増え、明るく楽しい教室となりました。

受講者の中には、この教室によって初めて体育館へ足を運ばれた方もいらしたようです。まずは、外へ出て何かをするということが健康への第一歩かもしれません。

## スポーツ講演会

日程:平成20年11月5日(水)

会場:しずぎんホール“ユーフォニア”

葵区追手町のユーフォニアにおいて、スポーツ講演会を開催しました。このスポーツ講演会は昨年度から市民を対象として開催しています。

講師に元広島東洋カープ監督で、現在はプロ野球解説をはじめ、タレントとして活躍されている達川光男さんをお招きして、“強いチームはみんながヒーロー”の演題で講演を行ないました。講演の前には、現役時代の苦難の道のりや珍プレー好プレーがVTRで流れ、目の前にいる達川さんとの距離がさらに近づきました。温かみのある広島弁で、ユーモアあふれるお話をされ90分の講演時間があっという間に過ぎてしまいました。

平成21年度についても、スポーツ関係者をお招きして講演会を開催する予定です。



第  
12回

## 体協ウォーキング開催

開催日 平成20年11月9日(日)

会場 三保半島周辺



今年度の体協ウォーキングは、羽衣の松を出発する富士の名勝三保松原を歩く三保半島周遊コースでした。

東海道自然遊歩道を歩き、日本で初めて鉄筋コンクリートで造られた清水灯台、三保飛行場横を通り、旧国鉄清水港線三保駅跡である三保ふれあい広場へ向かいました。広場で昼食をとった後、廃線跡にできた遊歩道ハーバーブルーラインを歩きました。

朝から曇っていたため、残念ながら富士山を眺めることができませんでしたが、内海では地引網を一生懸命している子ども達の姿を眺めることができました。

午後からは小雨が降るなどありましたが、そのような中でも、静岡市山岳連盟様のご協力により、68名の参加者は無事ゴールのドリームプラザへ到着しました。

## 静岡市合気道連盟

会長／加藤 昇



## 静岡市なぎなた連盟

会長／佐野 康輔



### 編 | 集 | 後 | 記

各加盟団体および事務局の皆様方のご協力により、第59号を無事発刊することが出来ました事、心よりお礼申し上げます。

今年度も多くの方々から、静岡市のスポーツ普及と振興にご尽力され、各種表彰を受賞されました。受賞されました皆様、誠にありがとうございます。心よりお慶び申し上げます。

さて、静岡市体育協会では数々の主催事業を展開し、多くの市民の皆様にご参加いただきました。その内容等につきましては、市体協ホームページに掲載されておりますので、ぜひご覧になってみてください。

また、今後とも静岡市体育協会に対し、一層のご支援をいただくと共に、皆様方の情熱溢れるご活躍を期待しております。 調査広報委員 藤原 林・鈴木 健一

# YAKUDOU

第59号

編集・発行

(財)静岡市体育協会

〒420-0856

静岡市葵区駿府町2番80号

TEL (054) 273-1788

FAX (054) 273-1917

市体協ホームページ <http://www.shizuoka-sports.or.jp>