

みえ広域スポーツセンターだより

H26年度第6号 (2014.06.10)

第115号

2021年
三重で国体開催

♣6月10日 (誕生石) クォーツ原石
(石言葉) パワー全開



もうすでに夏日になることもありますね。昨年の夏は各地で最高気温を更新するなど猛暑日続きでしたが、今年は冷夏？との話も聞こえてきます。夏は暑いものですが、暑さもほどほどが良いですね。

【三重県スポーツリーダーバンクについて】

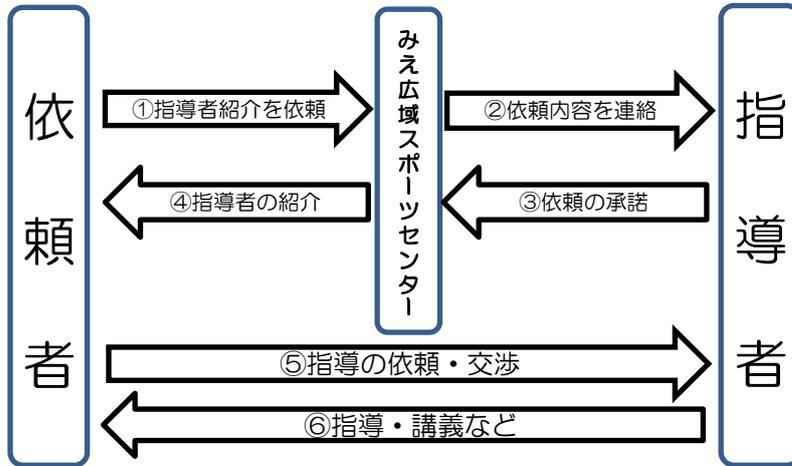
「スポーツ活動を行っているけど指導者が。。。」

「子どもたちにスポーツを教えてくれる指導者がいてくれたら。。。」

といった県民の皆さんの要望に応えるために、各競技・レクリエーション団体及び指導者等のご協力を得て、スポーツリーダーバンクが設立されておりますので、ぜひご活用ください。

尚、スポーツリーダーバンクへの紹介依頼経費は無料ですので、スポーツ・レクリエーション指導者の紹介をご希望の方は『みえ広域スポーツセンター』までご連絡をお願いいたします。

※依頼者の方には、イベント等終了後に簡単なアンケートをお願いしています。



種目			
3B体操	ゲーム	ソフトバレーボール	ビームライフル
アーチェリー	健康管理	ソフトボール	ピラティス
合気道	健康体操	ターゲット・バードゴルフ	フィットネスウォーキング
アイススケート	剣道	太極拳	フェンシング
アイスホッケー	硬式野球	体操	フォークダンス
アクアビクス	ゴルフ	体力測定	福祉レクリエーション
インディアカ	サイクリング	タスポニー	武術太極拳
インラインスケート	サッカー	卓球	フラダンス
ウエイトトレーニング	山岳	短剣道	バタンク
ウォーキング	自然観察	チビボール	ベビー&ママスイミング
ウォークラリー	自転車競技	チャレンジ・ザ・ゲーム	ベビーピクス
エアロビクス	社交ダンス	綱引	ボウリング
扇舞	ジャズダンス	ティーボール	ボート競技
親子体操	シャッフルボード	テニス	ボクシング
オリエンテーリング	銃剣道	ドッジボール	ホリデイキッズレクリエーション
カヌー	柔道	トライアスロン	みんなの体操
空手道	少年スポーツ	トランポリン	野外活動・アウトドア
カローリング	乗馬・馬術	トレーニング処方	ユニカール
器械体操	少林寺拳法	なぎなた	ヨガ
気功・太極拳	ジョギング・ランニング	軟式野球	ライフル射撃
気功法	職場レクリエーション	日本拳法	ラグビーフットボール
キャンプ	水泳	日本水法観海流	ラジオ体操
救急法	スキー	日本舞踊	陸上競技
弓道	ストレッチ体操	ニュースポーツ	リズム体操
キンボール	スノーボード	ネイチャーゲーム	リズム体操ダンス
クラフト	スピードスケート	バスケットボール	リズムダンス
グランド・ゴルフ	スポーツチャンバラ	パドミントン	リハビリレクリエーション
クレール射撃	スポーツトレーナー	パドルテニス	レクリエーション
クロリティー	相撲	パランスボール	レクリエーションダンス
軽スポーツゲーム	セラピューテックレクリエーション	パレーボール	レクリエーション療法
ゲートボール	ソフトテニス	ハンドボール	レスリング

詳しくは、三重県地域連携部スポーツ推進局のホームページをご覧ください。

(<http://www.pref.mie.lg.jp/D1SPORTS/tiiki/bank.htm>)

【レクリエーション・ゲームセミナーのお知らせ】

みなさんが子どもやお年寄りと一緒に初めて接するとき、レク・ゲームが魔法のように思えることはありませんか？お互いの距離をあっという間に近づけてくれる手遊びレク！
だからこそ私たちは、もっと新しい、もっと素晴らしいレク・ゲームを学んで、多くの人々を喜ばせたいといつも思っています。あなたも一緒に学びましょうよ！NEW RECを～

- 主催：三重県、一般社団法人三重県レクリエーション協会
主管：伊賀市レクリエーション協会
後援：伊賀市
日時：平成26年6月22日（日）9:30～12:30 ※受付9:00～
場所：伊賀市ゆめぼりすセンター（伊賀市ゆめが丘1-1-4）
定員：50名 ※定員になり次第締め切ります。
参加料：無料
対象者：17歳以上でレクに関心のある方
講師：津幡 佳代子さん
（三重県レクリエーション協会理事（事務局長）で、レク・ゲーム指導等において、県下トップクラブのスペシャリストです）
- 申込方法：郵便、メール、FAX又は電話とし、①セミナー名 ②氏名 ③住所 ④性別 ⑤年齢 ⑥連絡先を忘れずに記載又はお伝えください。
- 申込先：一般社団法人三重県レクリエーション協会
〒514-0002 津市島崎町3-1 三重県島崎会館内
TEL：059-246-9800 FAX：059-246-9801
E-mail：mie-rec@zvtv.ne.jp
- ※伊賀市スポーツ振興課でも受け付けます。
TEL：0595-47-1290 FAX：0595-47-1284
E-mail：sports@city.iga.lg.jp



【おもしろスポーツ紹介】

公益財団法人日本レクリエーション協会の『スポーツ・レクリエーション ガイドブック』に載っているおもしろスポーツを紹介します。

■エスキーツェニス

羽根のついたゴルフボール大のスポンジのボールを、木製のラケットでネット越しに打ち合うテニス型のスポーツです。

日本エスキーツェニス連盟
(<http://www.esci.jp/>)

羽根がボールのスピードを弱めるため、小さなコートで手軽にプレーが楽しめます。運動量も多く、経験を積むごとにさまざまなテクニックも必要となってくるため、初心者から経験者まで幅広い層に人気の競技です。インドア（屋内）、アウトドア（屋外）のどちらでもプレーが可能であるため、四季を通じて楽しめます。



■カバディ

南アジア諸国で、数千年の歴史を持つ伝統的なスポーツです。インド、バングラデシュなどでは、国技として数百万人が愛好しています。

一般社団法人日本カバディ協会
(<http://www.jaka.jp/>)

攻撃中は「カバディ、カバディ」と息をつかずに、連呼しながら攻め合うアジア生まれのスポーツです。1チーム7人で、攻撃側と守備側に分かれて対戦します。用具はいっさい必要なし。攻撃側は、「カバディ、カバディ、カバディ、カバディ…」と一息で言い続けながら、相手陣地内にいるプレーヤーにタッチし、自分の陣地に戻ってくるというルールです。瞬発力、集中力、一瞬の判断が要求され、アジア大会の正式種目にもなっているスポーツです。



■クリケット

英国生まれで日本伝来150年のスポーツ「クリケット」は、世界100カ国以上で愛されている紳士・淑女のスポーツです。

NPO法人日本クリケット協会
(<http://www.cricket.or.jp>)

投手がボールを投げ、打者が打ち返します。打ったら打者は走って、守備は打者をアウトにするべく守ります。野球によく似ていますが、打者は360度どこにでも打て、投手は腕を真っ直ぐにして投げるなど、違いも多くあります。柔らかいボールを使った安全なクリケットは、年齢や場所を問わず楽しめ、学校の授業やクラブ活動での導入が進んでいます。



■コーフボール

「バスケットボール×ハンドボール」のMIXスポーツ！男女混合で行うスポーツとして、ヨーロッパを中心にプレーされています。

日本コーフボール協会
(<http://korfball.jp/>)

リング状のバスケットにボールをシュートして得点を競うコーフボール。コーフとはオランダ語でバスケットを意味しています。男女混合（男性4、女性4の合計8人）で行われ、ドリブルができないためパス中心のゲーム展開になります。ボールにふれる機会が多いことから、ボールゲーム初心者の方でも楽しむことができるスポーツです。



■フライングディスク

世界中に6000万人の愛好者がいるといわれています。2001年8月に秋田で開催された「第6回ワールドゲームズ」から、アルティメットが正式競技に採用されています。

NPO法人日本フライングディスク協会
(<http://www.jfda.or.jp/>)

プラスチック製の円盤を用いるフライングディスクは、現在10種目が国際組織で公認されています。高度な競技スポーツからレクリエーションとして楽しめるものまで、楽しみ方の幅広さが特長です。大人から子どもまで、自分に合った種目を選択して楽しむことができる、生涯スポーツと呼ぶにふさわしい競技です。



■ローンボウls

大きなカーブを描いて転がる偏心球（ボウル）を標的球（ジャック）に近づけることで得点を競うスポーツです。

NPO法人ローンボウls日本
(<http://bowls.jp/>)

ゲームは、展圧された天然芝または人工芝のリンク「標準巾5m×長さ31m～40m」上で行われ、ボウルの特性であるカーブの具合と芝の状態を読みながら投球することにより、ボウルをジャックに近づけることを競います。氷上のカーリングと類似しており、ボウルの配置位置に頭脳的戦略を要するために知的要素と身体的要素の両面を含むたいへん面白いスポーツです。室内にカーペットを敷いて短い距離の簡易ゲームを楽しむこともできます。1:1、2:2、3:3、4:4の4種類の対戦方式があります。



■フィンスイミング

両足をそろえて1枚のフィン（足ヒレ）を履いて行うモノフィンと、片足ずつ2枚のフィン（足ヒレ）を履いて行うビーフィンがあります。

NPO法人日本水中スポーツ連盟
(<http://www.jusf.gr.jp/>)

フィンスイミングとは、フィン（足ヒレ）を履いて水面・水中を泳ぐスポーツです。フィンを使うことにより、本来泳ぎの不得意な人でも気軽に泳ぐことができます。最近、人気の高いモノフィンは、イルカと同じように体をうねらせながら手を前に出して組み、水の抵抗を減らして泳ぎます。推進力はビーフィンに比べてはるかに大きく、50メートルを13秒台、100メートルは31秒台で泳ぎ切り、秒速3メートルを上回ります。まさにイルカか人魚です。



【発行】みえ広域スポーツセンター

三重県地域連携部 スポーツ推進局 スポーツ推進課 企画・地域スポーツ推進班(鈴鹿市駐在)
〒510-0261 三重県鈴鹿市御園町1669番地(鈴鹿スポーツガーデン内)
TEL:059-372-3519 FAX:059-372-3518 E-mail:m-kouiki@pref.mie.jp
<http://www.pref.mie.lg.jp/D1SPORTS/tilki/kouiki.htm>

