

### 【ブロック別総合型地域スポーツクラブミーティング】

8月に三重県内5ブロックにおいて総合型地域スポーツクラブミーティングを開催しました。どの会場も実技体験交流と情報交換・グループワークの2部構成で実施され、総合型クラブ関係者のみならず、スポーツ推進委員さんも多数ご参加いただきました。

#### ■三重とこわか国体・三重とこわか大会デモンストレーションスポーツ体験交流

##### ◎北ブロック『ファミリーバドミントン』



柔らかいスポンジのシャトルを使用し、下に向かって打ち下ろすと反則となるため、子どもから高齢者までが安心してプレーすることができます。落下速度も遅く簡単にラリーが続くため、参加者はすぐにゲームを楽しむことができていました。

2打以内に相手コートへ返球すればよいいため、うまく返球できない場合も味方がカバーできます。熟練になればパスをつないで得点を狙うことも可能となり、奥が深いルール設定となっています。

##### ◎中ブロック『3B体操』

3Bとは、用具であるボール、ベル、ベルターの3つ頭文字を表しています。音楽に合わせて無理なく体を動かすことができ、遊びの要素を取り入れているため、楽しく活動できるよう構成されています。参加者は、童心に返り終始笑顔で活動していました。

神経系に働きかける動きもあり、子どもの発育発達や高齢者の介護予防にも効果的であることが体感できていました。



##### ◎南勢志摩ブロック『ビーチボールバレー』および『ビーチボール』



『ビーチボール』は、富山県朝日町（あさひまち）が発祥のニュースポーツです。それを、アレンジし南伊勢町からデモスポとして申請されたのが『ビーチボールバレー』です。

参加者はそれぞれのルールでゲームをしながら、お互いの良さを感じ取っていたようです。例えば、『ビーチボールバレー』の「必ず3人目が返球する」はボールにプレーする人を増やすこと、『ビーチボール』のネットが20cm低いのはスパイクを打つ人を増やすことにつながっています。

## ◎伊賀ブロック『ターゲットバードゴルフ』

バドミントンのように羽の付いたシャトルボールを打つので安全性が保たれており、ゴルフクラブのピッチングウェッジを使用するのでゴルフに近い雰囲気も味わえます。

パラソルを逆さにしたような形状のホールに至近距離から狙うのが意外と難しく、参加者は始め苦戦していました。ふわりと浮かせてホールに入った時には皆笑顔でガッツポーズをとっていました。



## ◎東紀州ブロック『クップ』



カストナピナ（リレーのバトン状の木の棒）を投げて相手のクップ（四角い木のブロック）を全て倒したら、キング（クップよりも大きな木のブロック）を倒せます。先にキングを倒した方が勝ちです。

参加者は実際にプレーすることでルールやゲームの進め方をすぐに理解し、老若男女が楽しめるスポーツであることを実感していました。

## ■情報交換・グループワーク

### ◎グループワークテーマ『スポーツ実施率向上に向けて出来ること』（全ブロック共通）

グループ毎にターゲットを絞り、具体的な手立てを検討し、その内容を共有しました。



#### ★ターゲット：『子ども』

- ・「楽しさ」を伝える→保護者も巻き込む
- ・外遊びが出来る環境整備



#### ★ターゲット：『ビジネスパーソン・未婚者』

- ・仕事帰りに、個人で取組める運動
- ・スタイリッシュな講師
- ・スポーツと出逢いの機会の提供



#### ★ターゲット：『ビジネスパーソン』

- ・企業に働きかけ、朝のラジオ体操、昼のレクリエーション等
- ・運動後に仲間とビールを一杯
- ・マッサージ業者と提携し運動後のリフレッシュまでパッケージ
- ・一緒に活動する仲間の存在が重要



★ターゲット：『子育て世代女性・ファミリー』



- ・託児所の設置
- ・インターネット配信（SNS）の活用
- ・子どもと母親それぞれの教室の同時開催
- ・2世代・3世代で楽しめるスポーツ
- ・子どもの主運動のあとクールダウンの運動に母親も参加
- ・親子、家族で参加できるイベント、子どもと一緒に出来るスポーツ



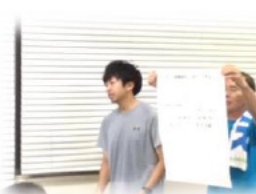
★ターゲット：『50～65歳』



- ・夜間でポッチャ、ヨガ等の教室

★ターゲット：『高齢者』

- ・競技スポーツ以外の種目（ヨガ、健康体操等）
- ・回覧でPR（世代に応じた広報手段）
- ・ウォーキング、カラオケ、社交ダンス、フラダンス等グループで楽しめるもの



★ターゲット：『障がい者』

- ・機会の提供、施設での体験交流
- ・会場確保や送迎の支援



【みえのスポーツ応援隊】

■太陽生命ウィメンズセブンズシリーズ2018 鈴鹿大会

女子ラグビー国内最高峰の大会が三重県で開催！

日時 平成30年10月13日（土）14日（日） 9時～17時（予定）  
会場 三重交通G スポーツの杜 鈴鹿 サッカー・ラグビー場  
活動内容 大会運営の補助  
申込締切 平成30年10月 3日（水）

■2018 名張ひなち湖紅葉マラソン大会

日時 平成30年11月18日（日） 6時半～15時  
会場 比奈知ダム右岸広場  
活動内容 監視員及び運営  
申込締切 平成30年11月 8日（木）



↓ 下記までご連絡ください ↓

【発行】みえ広域スポーツセンター

三重県地域連携部 国体・全国障害者スポーツ大会局 スポーツ推進課内  
〒514-8570 津市広明町13番地（本庁2階）

TEL：059-224-2986 FAX：059-224-3022 E-mail：[m-kouiki@pref.mie.jp](mailto:m-kouiki@pref.mie.jp)

URL：<http://www.pref.mie.lg.jp/D1SPORTS/73545045197.htm>

みえ広域  
スポーツセンター

