

# 地区・校下団体長会議

『文部科学大臣表彰を受賞して』 発表者 此川 卓二夫 氏



蜷川体育協会此川会長が事例発表され、6月22日(火)富山市総合体育館研修室において、地区・校下団体長会議が開催しました。

蜷川は人口1万2700人、世帯数5,100世帯あり、平成19年に体育協会設立50周年記念を迎えました。

蜷川体育協会の目玉商品である、①25周年を迎えるヘルシースポーツ②住民運動会の改革について述べられました。ヘルシースポーツは、今現在85名、平均62歳の方々毎週金曜日の夜に小学校の体育館で活動されているそうです。

住民運動会の改革では、10年前は「競技会」と呼んでいたものを「スポーツ祭」とし、みんなが楽しめるプログラムに変えたことにより、延べ参加人数は10年前と比べて約3倍に増え多くの住民が参加できる運動会に生まれ変わりました。このことは役員の意識を変える(意識改革)など、組織の分担を図る(組織改革)、地域の中に入っていき、一緒になって活動をする新しい体育協会が生んだ結果であることが述べられました。

## スポーツクラブ富山情報

今年スポレクとやま2010が富山県で開催されました。そして、その事業の一つに「スポーツ環境を考える」をテーマにシンポジウムが開催され、総合型スポーツクラブを代表して、パネリストとして参加させていただきました。学識経験者、アスリートそして競技団体から少年団などであったパネラーの席に、今年総合型スポーツクラブがその席に着きました。それは、今まででは考えられない事でありました。時代の流れは、スポーツのステージをスポーツクラブに託し始めた証であり、社会的に認知され始めた証であります。今までとは違う新たなシステムができつつあるということです。今までの作り上げた財産を大切に、またその知恵を学びつつ、いろいろな人や組織と連携を図りながら、いつでも、誰にでも楽しんでいただけるスポーツクラブづくりに努めなければならないと改めて感じました。スポレクの開会式には当クラブの子ども達も参加し、立派にその役目を果たしたことに拍手を送りたいと思います。



## みなみスポーツクラブ情報

産声をあげて早や半年。クラブ運営にとってクラブ員の増員はもちろん大事な使命ですが、まだ!?…私を作って魂を入れている最中です。会員の方々と結びつきを最優先に考え、会員や講師、運営委員のみなさんとの信頼関係を築くのに精一杯。なかなか一朝一夕にできるものではありません。早い所、会員相互の交流と親睦を図り、連帯意識を芽生えさせなければなりません。「わたしのクラブ」、「おらがクラブ」は、まだまだ先のことだけれども…。会員それぞれ考え方も違えば方向性も違う、当然なことです。会員のみなさんが議論をし、クラブの運営について丁々発止。そこまで来ればしめたものですが…。私に魂を入れるのは、私たち運営に携わる実務者です。入れ方を間違わない様に先駆的なスポーツクラブのみなさんからお知恵を拝借し、また、前車の轍を踏むことがないようにアドバイスをいただき、みなさまに愛されるクラブを目指し、熱い情熱を持って「みなみスポーツクラブ」に魂を入れたいと思います。どうか今後ともよろしくお願ひいたします。



## 2000年スポーツクラブ情報

当クラブは、2000年体育館を拠点として活動を行う総合型地域スポーツクラブとして平成22年4月1日に誕生いたしました。スポーツ活動を通じて「健康づくり」「体力づくり」「仲間づくり」「生きがいづくり」を目指しながら、地域住民が積極的に参画していくことで、明るい地域づくりを推進しています。

5月16日には発会式を行い、7スクール12サークルで会員数約400名からスタートしました。10月28日(木)には会員交流バスツアーが行われました。あいにくの雨模様でしたが、高岡の瑞龍寺などを巡り、会員相互の交流をはかりました。今後もより多くの方々へ参画頂けるクラブ運営を目指してまいります。



## (財)富山市体育協会 平成22年度後期事業計画

月	日	曜日	内容	場所
11	3	水(祝)	コンディショニング講習会	市総合体育館
	27	土	子どもの体力向上事業	市体育文化センター
12	11	土	第8回スポーツ医科学シンポジウム	市総合体育館
	1~10	土(祝)~月(祝)	新春スポーツ練習始め	市総合体育館他
1	14	金	第2回理事会/優秀選手・指導者表彰式	富山電気ビル
	16	日	スポーツ指導者セミナー(AED講習会)	市総合体育館
	29	土	第6回市民体育大会(スキー競技)	立山山麓スキー場
2	5	土	第9回冬を楽しむウォーキング	ファミリーパーク
3	13	日	第21回神通川マラソン大会	神通川河川敷周辺



みんないけ!

# たいきょう

第11号



## スポレクとやま2010

10月16日(土)~19日(火)4日間開催  
県内全15市町村を会場に、都道府県代表18種目 フリー参加11種目に約2万人の選手、監督、役員らが熱戦を繰り広げられた。



## 生涯スポーツの祭典「スポレクとやま2010」開会式が富山市総合体育館で華々しく彩られ開催

会長 田中 一郎

「第23回全国スポーツ・レクリエーション祭」の開会式が、10月16日(土)富山市総合体育館で「きときとスポレク きてきて富山」のスローガンのもと、韓国選手団を含む全国から約8千人をお迎えし華々しく開催されました。また同体育館では富山市で生まれたフレッシュテニスの交流会が開催され熱戦が繰り広げられました。

当協会におきましても、本イベントの開催にむけ、開会式への参加や各種目の普及、指導者の育成に努めてまいりましたが、これを契機に市民のさまざまな健康・体力づくり事業やスポーツ施設を活用したスポーツクラブの育成など、生涯スポー

ツの推進に渾身の力を振り絞って取り組んでまいります。また、今年度、文部科学省では、「新たなスポーツ文化」の確立を目指した「スポーツ立国戦略」が示され、富山市におきましても新たなスポーツプランが作成されているところでもあります。当協会におきましても、加盟団体の皆様方にご理解をいただきながら、平成23年4月の公益法人への移行認定を目指し準備を進めているところであり、各種事業等を推進していくうえで更に公益性を重視し、透明性と公平性の向上を図りながら「スポーツを通じて、元気な富山市の創造」に努めていきたいと考えておりますので、今後ともご理解とご支援の程宜しくお願ひ致します。



## ★体育功労者表彰式・評議員会

5月29日(土)、名鉄トヤマホテルにおいて、平成22年度 財団法人富山市体育協会体育功労者表彰式・評議員会を開催しました。バンクーバー冬季五輪のスピードスケート女子団体追い抜きで銀メダルを獲得したダイチの田畑真紀、穂積雅子選手と羽田雅樹監督ら15名を特別表彰し、加盟団体の役員としてご尽力いただいた23名に感謝状が贈られました。

### 【特別表彰】

田畑真紀、穂積雅子、羽田雅樹、大浦重一、柴草清治、金山豊、北東俊夫、後藤稔、黒崎富雄、布村千歌子、吉浦兵四郎、後藤昌則、津野朋昭、麻島正市、土田和夫

### 【感謝状】

山田均、小幡明彦、市田寛、大河俊一、松田正美、松田稔、浦山松男、加藤啓史、尾塩八雄、亀谷由美子、森田高雄、田畑敦子、高浪裕子、田尻政樹、松原久江、笹川美香子、高森則子、高橋耕四郎、安岡寛、吉田幸吉、平井誠一、車中夫、中島恵子



## ★ジュニア競技種目指導者会議



### 『富山市フェンシング協会の現状について』

講師 事務局長 矢郷 博昭 氏

6月29日(火)、富山市総合体育館研修室において、ジュニア競技種目指導者会議を開催しました。

これからのジュニア育成・強化をどう進めるかに当たり、2つのポイントを述べられました。1つ目は、育成・強化の新しい取り組みが必要であること、2つ目は、組織は常に強化と拡大を求められていることです。その為には一環指導と連携を行っていくことが大切であることが述べられました。

北京オリンピックに出場した太田選手について、ジュニア時代から敏捷性に優れており、多くの選手の中でもひと際目立つ選手だったそうです。また、多くの人からの指導を素直で真面目に受け取れる子どもであったことなどから、その集中力等が優秀な選手へと結びつくことが述べられました。



## ★第6回市民体育大会開会式

7月3日(土)、富山市総合体育館において、市民体育大会の開会式を開催しました。バレーボール競技や体操競技の選手ら約500人が参加し、大会長、富山市体育協会会長があいさつののち、富山市市議会議員から激励のお言葉をいただきました。

また、選手を代表してバレーボール競技中学の部の野中選手、東選手が「仲間を信じて感謝の気持ちを忘れず最後まで熱く、さわやかにプレーする」と宣誓しました。中心会期を7月3、4日とし、44競技で約18,000人が熱戦を繰り広げました。



## ★全国大会・県民体育大会小・中学生優勝選手及び監督表彰式

10月5日(火)、とやま自遊館において、全国大会・富山県民体育大会 小・中学生優勝選手及び優勝監督表彰式が開催されました。

全国男子中学生ウエイトリフティング競技選手権大会94kg超級で優勝した村上英士朗さんが受賞されました。

また、県体二部中学の部で30年連続36回目の優勝並びに三部小・中学生の部におきましても各種目ですばらしい成績を納められました。二部選手113名、三部選手76名、監督11名の方々表彰されました。



受賞者代表として謝辞を述べた村上英士朗さん



## ★遊悠元気運動普及事業

### 【第4回遊悠元気運動指導者養成講習会】

高齢社会が進む中で、いつまでも健康でいきいきとした生活が送れるよう、日常生活レベル以上(スポーツを楽しむなど)の運動を目的とする中高齢者を対象とした、遊悠元気運動の指導者育成講習会を開催しました。



### 『中高齢者の健康づくりに効果的で安全な運動指導』

講師 東京医科大学健康スポーツ医学講座 教授 勝村 俊仁 氏

開催日:9月11日(土) 場所:富山市総合体育館 参加者:35名

講義内容:危険因子(高血圧・糖尿病・コレステロール)が合併すると動脈硬化のリスクが高くなることや、運動不足により、心臓病の発作を起こす数値が高くなることを述べられました。また、体力レベル、持久力が高い方が死亡率が低くなることでデータで示されました。

安全対策については、虚血性心疾患・心筋梗塞・脳卒中・脳血管疾患などの心臓・血管系の病気を抱えている方が多いので、運動前のメディカルチェックが大切であるということ強く話されました。

## 【重点モデル事業】★第九地区

元気な高齢期を迎えるために、現在の体力を維持し、さらに向上させることを目的として、当協会が取り組んできた、遊悠元気運動を地域に普及するため、重点地域において指導者育成及び住民への啓発を行いました。

【指導者講習会】8月20・27日(金) 場所:堀川公民館

参加者:第九地区体育指導委員 延べ40名  
おおむね60歳以上の健康づくり運動に興味のある方

【普及講習会】9月11・18日(土) 場所:堀川小学校体育館

参加者:第九地区体育指導委員 延べ23名  
おおむね60歳以上の健康づくり運動に興味のある方

中高齢期に大切な3つの運動(呼吸・ストレッチ・筋力トレーニング)を組み合わせて行いました。

★呼吸:普段より少し丁寧に腹式呼吸を行い、心を落ち着かせます。また、カラダの隅々まで新鮮な酸素がいきわたり動きが良くなります。

★ストレッチ:筋肉を伸ばし、血行を良くすることで日常生活動作がスムーズになります。また、疲れを取ったり怪我の防止にも繋がります。

★筋力トレーニング:姿勢を維持するための力が弱くなると背中が丸く、前傾姿勢になり、転倒に繋がります。足腰等の全身の筋力をバランスよくトレーニングすることが大切です。

参加者の方から、身体が軽くなった、このような体験会を教室化してほしいという意見をいただきました。



## ★指導者養成事業 【ストレッチポール体験講習会】

講師 (財)富山市体育協会 道間 友子 スポーツ指導員

現在、中高齢期対象のプログラムにおいて「動き方の癖からくる身体の歪みの改善」のメニューとして取り入れているが、ストレスの多い現代社会においては、幅広い年代にも普及が望まれています。また、競技選手においても、一番良い状態でパフォーマンスを発揮するために、「身体の使い方の癖を改善して合理的に動く、疲れづらい身体づくり」として重要であることから、広く周知指導者の養成を図りました。

開催日:9月29日(水) 場所:富山市総合体育館 参加者:29名

はじめに、今の自分の身体の状態を感じていただき、また、2人組になりパートナーの姿勢(左右のバランスなど)をチェックし、その後、ストレッチポールの基本であるベーシックセブンを行いました。ポイントは「小さく・ゆったり・だらしない」です。体験後、参加者からは身体のバランスが少なくなった、背中などがリラックスしたという声が多くの方から聞こえました。



## ★ウォーキングイベント

### 【健康ウォーク2010・レクリエーション大会とやま】

★開催日:4月29日(木・祝)・参加者:600名

開催決定時間の6:00頃は暴雨の天候でしたが、天気は回復に向かう予報であったため、開催を決定しました。スタート時に雨は上がっていたものの、朝の天候の影響もあり、参加者数は例年より少なめではありましたが、多数の家族連れ等で会場は賑わっていました。

### 【とやまワンデーマーチ・立山あおく特等席ウォーク】

★開催日:6月27日(日)・参加者:96名

気温32.1℃、湿度80%という蒸し暑い曇り空の中での開催となりました。時折小雨が降り、呉羽山展望台では、立山こそ見ることはできなかったものの、富山市内を一望し疲れを癒しました。

### 【第7回旧立山道ウォーク】

★開催日:8月20日(金)~22日(日)・参加者:64名

富山市役所から雄山山頂(3003m)までの約58kmを2泊3日で歩く、第7回旧立山道ウォークを開催しました。出発式では、森市長、田中会長に激励の挨拶をいただき、参加者全員が気を引き締めて出発しました。今回は、森市長自ら先頭に立ち、参加者を引っ張って歩かれました。

1日目は猛暑との戦いとなり、日差しが照り返す中、市街地を約9時間歩きました。2日目も晴天に恵まれ、木道や岩場など立山の自然を満喫しながら室堂山荘へ到着しました。3日目には参加者全員が雄山へ登拝し、遠くに富士山を眺め、雷鳥の親子の姿も見ることができました。3日間集大成に相応しい景色を仰ぎ全員が無事、帰着しました。

