



体協だより

第3号

発行／平成25年4月1日

一般社団法人小平市体育協会

編集／広報部会 発行責任者／小川 潔

連絡先／042-349-1350(体育協会事務局)

ホームページ

<http://www12.ocn.ne.jp/~k.taikyo/>



一般社団法人小平市体育協会、
四年目を迎えて

副会長 加藤順子

平成二十四年度小平市体育協会は体育課から九事業を受託し、体育課のご協力を得ながら、事故なく無事に終了出来ましたことは嬉しい限りです。

平成二十二年度に一般社団法人小平市体育協会が設立されて三年、最近、徐々に加盟団体の皆様の体育協会の一員としての意識が高くなってきた様に思います。特に団体を代表して出席している代表委員の皆様には、部活動の委員としての意識が高まりつつあることは、それぞれを担当行事の成功により明らかです。積極的に部活動に参加していただき、成果を残し、非常に頼もしく、深く感謝します。

お陰様で「スポーツまつり」「こだいら市民駅伝大会」等、大勢の市民にご参加いただき、盛会に終わりました。また総務部会担当の新年賀詞交歓会におきましても、部員の企画・構成・渉外への積極的参加により、素晴らしい会になりました。

広報部担当のこの「体協だより」

は昨年九月に復刊されたばかりですが、早や三号を発行することとなりました。どれをとっても、多くの部員のご苦勞の賜物と有難く感じています。

小平市体育協会は今後も、小平市のスポーツ行政・振興の担い手として、指定管理者となり、スポーツ振興に努めていきたいと思えます。そのためにも体育協会に係る各団体及び会員の皆様に自覚を持って、ご協力いただきたく切にお願い申し上げます。

第三十三回こだいら市民駅伝大会

とき 平成二十五年二月三日

(日)

会場 中央公民館―青梅街道―山王通り―四小通り―学園中央通り―市役所通り―中央公民館

(一区間三・一km)

主催 こだいら市民駅伝大会実行委員会(小平市・小平市教育委員会・一般社団法人小平市体育協会・小平市陸上競技協会)

後援 小平市中学校長会

協力 小平警察署・小平消防

署・小平交通安全協会

協賛 東京昭和運輸(株) トー

ショータクシー

申込み 一六七チーム(過去最多)

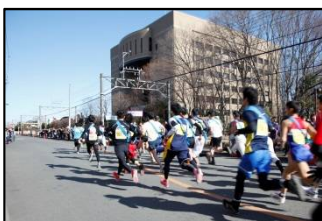
参加 一六三チーム(過去最多)

今年度最後の受託事業となった第三十三回こだいら市民駅伝大会

は晴天に恵まれ、開催されました。

本大会は三十三回の歴史があり、六年前までは約四十チームの出場という規模の大会でしたが、年々参加チームが増え、今や過去最多の一六三チームが参加する大会となりました。これだけの数の選手がスタートの号砲とともに走り出す姿は大変な迫力があります。また、沿道の応援の方の横断幕なども大会を一層盛り上げました。

今大会のレースは区間新記録が四つ出るなど高速レースとなりました。風の強い中また参加人数の増加という走りにくい条件の中で大変立派な結果だったと思います。そして何より日々のそれぞれのスポーツ団体での練習を継続し、本大会へ出場していただけることを大変うれしく思います。また来年も多くのチームに参加いただきたいと思



主催団体 教室名	と き	と ころ	対象・定員など
ソフトテニス連盟 ジュニア(小学生講習会)	目的：基本技術をしっかり身につける		
	25年4月～26年3月 (毎週土曜日)	天神コート	市内在学小学生 20名程度
夏季ジュニア育成 中学生講習会	目的：市内中学生全体のレベルアップ、底辺拡大、技術強化、マナーの向上		
	25年8月7日～8月10日	中央コート	市内在学中中学生
初級・中級講習会	目的：基本技術と試合方法の習得		
	25年10月～11月	天神コート	市内在住・在勤・在クラブの一般及び市内在学の中学生以上 30名程度
冬季ジュニア育成 中学生講習会	市内中学生全体のレベルアップ底辺拡大、技術強化、マナーの向上		
	26年1月13日	上水コート	市内在学中中学生
テニス協会 お楽しみテニス大会	目的：いろいろな人とペアを組んだり対戦したりしてダブルスを楽しむ。初心者には指導もある。		
	25年7月27日(土) 26年1月25日(土)	中央コート	市内在住・在勤・在学・在サークル(小学5年生以上) 60人程度
アーチェリー連盟 初心者教室	目的：安全にアーチェリー競技を楽しくプレーするために		
	25年5月 毎週金曜日 10:00～12:00	市民総合体育館 弓道場	市内在住・在学・在勤 20名程度
	25年5月～6月 毎週火曜日 19:00～21:00		
	25年9月 毎週金曜日 19:00～21:00	花小金井武道館 弓道場	
	26年3月 毎週水曜日 19:00～21:00		
夏休み親子 アーチェリー体験教室	目的：親子で安全にアーチェリーを楽しくプレーするために		
	25年8月11日(日) 10:00～16:30	市民総合体育館 弓道場	市内在住・在学・在勤 10組程度
初心者 ルール・技術講習会	目的：アーチェリー競技を安全に楽しくプレーするためにマナー及びルールを学び、弓具類の調整技術を習得する		
	26年1月 毎週水曜日 19:00～21:00	花小金井武道館 弓道場	初心者教室終了程度以上の市内在住・在学・在勤 20名程度
陸上競技協会 小中学生のための 短期陸上教室	目的：陸上競技の基本について指導すると共に短・中・長距離、幅跳び、走り高跳び、砲丸投げ等について説明実技指導を行う。		
	25年8月6日(火)～8月10日(土)	中央公園グラウンド	小学生5～6年生 中学生男女 400～500名

主催団体 教室名	と き	と ころ	対象・定員など
ミニテニス協会	注1、会場は、全講習会共通で市民総合体育館第2体育室 注2、参加資格は、全講習会共通で小平市に在住、在勤・その他		
初心者講習会	25年5月、26年2月	目的：楽しくプレーするために、基本を学ぶ。	
長期教室	25年6月	目的：試合のルールを学ぶ	
長期教室	25年7月	目的：ボール回転意識(ドライブの練習)	
長期教室	25年8月	目的：ボール回転意識(ドライブフォア)	
長期教室	25年9月	目的：ボール回転意識(ドライブバック)	
長期教室	25年10月	目的：ボール回転意識(スライスの練習)	
長期教室	25年11月	目的：ボール回転意識(スライスフォア)	
中級者講習会	25年12月	目的：カット・打ち込み他、総合練習	
バレーボール連盟	目的：バレーボールを楽しくプレーするためにルールを学習する		
審判講習会	25年7月	市民総合体育館	連盟登録チーム
水曜教室	目的：バレーボールの技術・審判の学習		
	毎週水曜午前	市民総合体育館	市内在住・在勤
婦人軽体操連盟	目的：午後の一時、友人、家族と共に体を動かし柔軟な体作りを学習する		
一日ストレッチ教室	25年10月12日(土)13:00～	市民総合体育館 第3体育室	市内在住・在勤、 男女不問、60名程度
居合道連盟	目的：居合道の実技を模造刀で実際に行い、基本的な技の体験や、居合道の考え方について学ぶ場とする。		
体験教室	25年7月14日(日) 13:00～15:30	市民総合体育館	市内在住・在勤・在学 の高校生以上 20～25名程度
演武大会	目的：無雙直傳英信流の正統正流の技を研鑽し、その成果をもって演武する		
	25年11月3日(日)13:00～	市民総合体育館	連盟会員及び盟友
弓道連盟	目的：心身の健全育成と弓道普及		
初心者弓道教室	25年4月3日(水)～4月27日(土) 水・土 13:00～15:30	市民総合体育館	市内在住・在勤・在学
初心者弓道教室(予定)	目的：心身の健全育成と弓道普及		
	25年9月 火・木 15:00～17:00	花小金井武道館	市内在住・在勤・在学
ライフル射撃協会	目的：初心者向けのビームライフル講習会		
ビームライフル講習会	毎月第2日曜(1・8月除く) 13:00～15:00	市民総合体育館 第5体育室	市内在住・在勤・在学
卓球連盟	目的：会員の技術向上及び加盟団体の親睦交流		
長期教室	毎週火曜日(除休日)9:30～	市民総合体育館	連盟登録会員
親子卓球教室	目的：会員の技術向上及び加盟団体の親睦交流と技術指導		
	毎週木曜日(除休日)19:00～	市民総合体育館	連盟登録会員、 教室参加市民

主催団体 教室名	と き	と ころ	対象・定員など
水泳協会	注 1、会場は全教室共通。市民総合体育館温水プール		
市民水泳教室 (ジュニア教室)	目的：水泳の基礎から学び、水泳技術と泳力アップ		市内在住・在学 小学 3～6 年生
	火・水・木・金曜日 16：20～18：00		
市民水泳教室 (午前教室)	目的：水泳の基礎から学び・健康体力維持を		16歳以上の男女
	火・水・木・金曜日 9：30～11：30		
市民水泳教室 (午後教室)	目的：水泳の基礎から学び・健康体力維持を		16歳以上の男女
	火・水曜日 13：00～15：00		
市民水泳教室 (夜間教室)	目的：水泳の基礎から学び・健康体力維持を		中学生以上の男女
	火・水・木曜日 19：00～21：00		
市民水泳教室 (シルバー教室)	目的：水泳の基礎から学び・健康体力維持を		60歳以上の男女
	木・金曜日 13：00～15：00		
指導員養成教室	目的：日本体育協会公認水泳指導員資格を目指した上級教室		水泳協会正会員 市民水泳教室上級者
	金曜日 19：00～21：00		
水中ウォーキング教室	目的：軽度の水中歩行・水中運動で体調維持		市内在住・在勤・在学
	月曜日 15：45～17：15		
夏期集中ジュニア育成 教室	目的：ジュニア水泳選手強化事業		市内在住・在学者及び 当協会ジュニア教室 会員より選抜
	25年7月2日～5日、8日～12日 17：00～19：00		
合気道連盟 長期教室	目的：合気道の技術・武器技の基本技と応用技を極めます。年間を通じて行っている長期教室の見学・体験・稽古をお勧めします。		
	(毎週)		市内在住・在勤・在学 小学生以上
	木曜日 19：00～	花小金井武道館	
	金曜日 19：00～	市民総合体育館	
	土曜日 11：00～	花小金井武道館	
日曜日 16：00～	市民総合体育館		
バスケットボール協会 長期教室	目的：成人の中級者を対象とし、参加者の強化を図る。		
	毎週金曜日(除休日)19：00～	市民総合体育館	
バウンドテニス協会	目的：バウンドテニスを通じて地域社会の交流を図り、生涯スポーツとして相互の親睦と健全な心身を育成する。		
長期教室	毎週月曜日(除休日)19：00～	市民総合体育館	市内在住、在勤、在学
	毎週水曜日 11：00～13：00	花小金井武道館	
	毎週水曜日 18：30～20：30	第13小学校	
	毎週木曜日(除休日)10：00～	市民総合体育館	

主催団体 教室名	と き	と ころ	対象・定員など
剣道連盟 長期教室	目的：少年少女会員および一般会員による稽古		
	毎週水曜日 18：30～20：30 毎週土曜日 18：00～20：30	第1小学校 第5小学校 鈴木小学校	学校都合により、場所・時間の変更あり
長期教室	目的：少年少女会員および一般会員による稽古		
	毎週水曜日 18：30～20：30 毎週日曜日 16：00～18：30	花小金井小学校	学校都合により、場所・時間の変更あり
長期教室	目的：指導員および一般会員による定例稽古		
	毎週火曜日 19：00～21：00 奇数日曜日 09：30～12：00	市民総合体育館	会員以外も参加可
	毎週金曜日 19：00～21：00 偶数日曜日 19：00～21：00	花小金井武道館	
	目的：太極拳の修得と修練		
毎週火曜日 15：00～17：00	花小金井武道館	市民会員	
長期教室	目的：太極拳の修得と修練		
	毎週金曜日 13：00～15：00	花小金井武道館	市民会員
長期教室	目的：太極拳の修得と修練		
	毎週水曜日 13：30～15：30	市民総合体育館	市民会員
長期教室	目的：太極拳の修得と修練		
	毎週水曜日 19：00～21：00	市民総合体育館	市民会員
長期教室 (ジュニア長拳)	目的：長拳の修得と修練		
	毎週土曜日 16：00～18：00	市民総合体育館	ジュニア会員
長期教室	目的：太極拳の修得と修練		
	毎週水曜日 19：00～21：00	中央公民館	市民会員

—各加盟団体の活動—



陸上 走り幅跳び



剣道



バスケットボール大会



水泳教室



ビームライフル体験



アーチェリー体験

第二回ジュニア育成講習会

とき 平成二十五年一月十九日
(土)

会場 市民総合体育館第三・四
体育室
講師 関根 武司 氏
補助 金田 惣太 氏
内容 「テーピングの実技研修」

今年度二回目の開催となったジュニア育成講習会はテーピングの実技が行われました。参加者は三十五名となりました。スポーツをする上で怪我への対応は欠かすことのできないことなのでビデオを持ち込み記録するなど、参加者の真剣な様子がうかがえました。

テーピング講習の内容は実践形式で行われ、足首を固定するテーピングが行われました。先生の見本を行った後、参加者は実際にテーピングを施しました。初めてテーピングを行う方が多く、苦戦した様子でしたが講師の先生が個別に指導を行い、質問に答えていくことで短い時間でも上達したことを思います。実際にテーピングをしていただと足首の稼働域がなくなり、固定されて無理な動きが

できなくなることを実感しました。今回は時間の都合上足首のテーピングのみの実施となりましたが、機会があれば他のテーピングも学びたいとの声もありました。



シニアスポーツ講演会

平成二十五年三月二日(土) ザ・クレストホテル立川

第一部(一時半〜三時五十分)

○石田良恵先生(女子美術大学名誉教授、鹿屋体育大学客員教授)をお迎えし、「健康寿命を延ばすための筋力トレーニング」をテーマに筋肉量の改善と維持の必要性を講演していただきました。理論

に加え実践で得られたデータを駆使し、軽妙なトークを交えての楽しい講演でした。配布された「山筋(やまきん)ゴーゴー体操日本勤労者山岳連盟女性委員会/編、石田良恵/監修」の筋トレ方法は、是非活用したい資料でした。

○体育協会事務局長(荒武宗昭)による「体育協会に加盟する団体とこれからの体育協会」と題し小平市の体育行政の指針に沿った体育協会の使命と方向性と指定管理者制度を中心に話が進みました。加盟団体の役割が一段と増したという実感が湧いたのではないのでしょうか。

第二部(五時半〜七時半)

加盟団体幹部の皆様の親睦を図るのが目的の第二部は和やかな歓談に終始しました。途中アトラクションで、アンサンブル・ルナーレ(小平市のアマチュア弦楽奏団)の十三名の生演奏がありました。アンコールで「故郷」を全員で合唱しました。

注、本事業は平成二十四年度シニアスポーツ振興事業で東京都体育協会との共催事業。



アンサンブル・ルナーレ演奏



石田先生の講演



小川会長あいさつ