

YAKUDOU

躍動

第56号 (財)静岡市体協だより



着衣泳講座開催!!

毎年、悲しい水難事故が各地で起こっています。当協会としましては、そのような事故の予防、さらには起きてしまった場合の対処方法を学ぶため、本年7月、初めて着衣泳講座を開催しました。

中央体育館屋内プールと西ヶ谷総合運動場屋内プールにおいて、一般と親子を対象とした講座を開催しました。参加者は、水中で服を着ている状態での負荷を実感し、水が持つ力を改めて認識する貴重な体験となりました。

体育協会インスト



中央体育館



南部体育館



長田体育館



(体育館)

中央体育館	フィットネスAM 月・木 10:00-11:00	ラケット 月・木 13:30-14:30
	親子遊びのつどい 水 10:00-11:20	フォークダンス 水 13:30-14:50
南部体育館	フィットネスAM 火・木 10:45-11:45	フィットネス PM 水・金 13:30-14:50
	親子遊びのつどい 金 10:00-11:20	フレンドリースポーツ 月 10:00-11:30
長田体育館	フィットネス PM 火・金 13:30-14:50	ラケット 月 13:30-14:50
	親子遊びのつどい 水 10:00-11:20	フレンドリースポーツ 月 10:00-11:30
東部体育館	フィットネスAM 月・木 10:00-11:30	ラケット 水・金 13:30-14:30
	親子遊びのつどい 水 10:00-11:20	
北部体育館	フィットネスAM 月・木 10:00-11:30	ラケット 月・水 13:30-14:30
	親子遊びのつどい 火 10:00-11:20	健康増進(金) 金 13:30-14:50

(プール)

中央体育館 屋内プール	エンジョイスイムAM 火 10:10-11:30	エンジョイスイム PM 金 13:10-14:30
	幼児水泳 火・金 15:40-16:40	親子水泳 火 13:10-14:20
西ヶ谷総合運動場 屋内プール	エンジョイスイムAM 木 10:10-11:30	エンジョイスイム PM 木 13:10-14:30
	幼児水泳 火・金 15:40-16:40	親子水泳 水 10:20-11:30

ラクター・教室紹介



西ヶ谷プール

エンジョイ体操 火・金 9:30-10:30	リズムダンス 火・金 10:45-11:45	健康増進 火 13:30-14:50
バドミントンコース 木 10:40-12:20	バレーボールコース 木 10:40-12:20	テニスコース 金 13:00-14:50
フレッシュ体操 月 13:30-14:30	エンジョイダンス 火・木 9:30-10:30	健康増進 火 13:30-14:50
バドミントンコース 木 13:00-14:50	ソフトテニスコース 水 9:30-11:45	テニスコース 水 13:00-14:50
エンジョイ体操 火・金 10:00-11:00	フレッシュ体操 木 10:00-11:00	健康増進 木 13:30-14:50
バドミントンコース 火 13:00-14:50	ソフトテニスコース 金 13:00-14:50	テニスコース 水 13:00-14:50
エンジョイ体操 火・金 10:00-11:00	フレッシュ体操 木 13:30-14:30	健康増進 火 13:30-14:50
バドミントンコース 月 13:00-14:50	ソフトテニスコース 木 13:00-14:50	テニスコース 木 13:00-14:50
エンジョイ体操 水・金 10:00-11:00	フレッシュ体操 木 13:30-14:30	健康増進(火) 火 13:30-14:50
		テニスコース 木 15:00-16:50

アクアスイムAM(木) 木 10:10-11:40	アクアスイムAM(金) 金 10:10-11:40	アクアスイムPM 火 13:10-14:40
アクアビクス 水 10:10-11:00	土曜エンジョイスイム 土 10:10-11:30	上級水泳コース 木 13:10-14:50
アクアスイムAM 金 10:10-11:40	アクアスイムPM(火) 火 13:10-14:40	アクアスイムPM(水) 水 13:10-14:40
アクアビクス 火 10:10-11:00	土曜エンジョイスイム 土 10:10-11:30	



中央プール



東部体育館



北部体育館

加盟団体紹介

静岡市少林寺拳法協会

会長 林 芳久仁

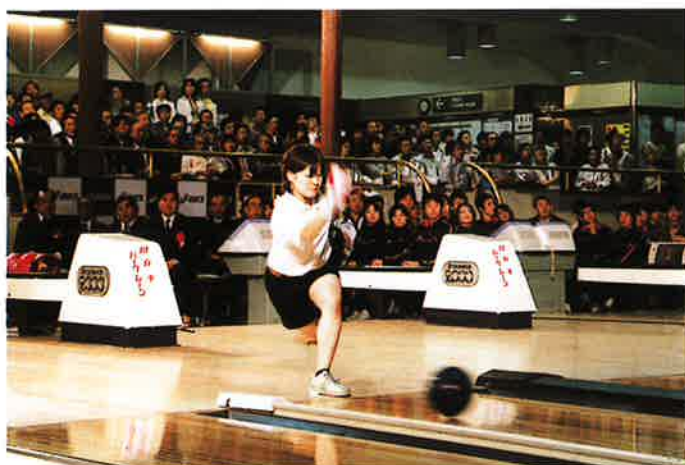
少林寺拳法は本年創始60周年を迎えます。創始60周年のコンセプトを紹介します。

「私にとっても悲しいことは、あの人にとっても悲しいことだろう、ということの単純な道理、わかろうとしてみろよ」(少林寺拳法初代師家 宗道臣)いじめ、自殺、不正…氾濫する社会問題は、競争社会の中で疲れきってしまった「人の心」の悲鳴のように思えてなりません。喜びや悲しみを他人と共有することが希薄になってしまったこんな時代だから、手を取り合い、互いを認め合うことに努める私たちの活動に価値を感じます。「私たちは育てたい」自分の可能性を信じ、諦めない人を。他人の喜ぶ顔を自分の喜びにできる人を。「あなたに会えてよかった」と心から言ってもらえる人を。「ありがとう この命 ありがとう あなたとの出会い」この創始60周年のコンセプトを心に、これからも少林寺拳法を通して社会的教育団体として活動を行っていきます。



静岡市ボウリング連盟

会長 滝間 俊成



ボウリングは子供からお年寄りまで気軽に楽しめるスポーツです。皆さんも久しぶりにボウリング場に行ったりすると、つい夢中になり3ゲームも4ゲームも投げてしまったという経験があるのではないのでしょうか。静岡市ボウリング連盟はJBC(財団法人全日本ボウリング協会)の会員で結成され、現在市内の4つのボウリング場(神明ボウル、トマトボウル、ボウルアピア、ヤングランドボウル)で毎週1~2回リーグ戦と競技会を行っています。参加者は中学生から70歳を超えるボウラーまで年齢層も広く、また、ボウリングの腕前も初心者レベルから日本のトップ

レベルのボウラーまで様々で、皆和気あいあいとプレーしています。皆さんも是非、私たちと一緒にプレーしてみませんか。マイボール、マイシューズで始めてみると、きっとボウリングの醍醐味をわかっていただけると思います。

スポーツ教室(夜間) 紹介

テニス教室 静岡市テニス協会 会長 柳澤 學

テニス教室は、中央（４面）北部（３面）南部、東部、長田（各２面）の各体育館で開講しています。

初心者から経験者まで、小学生から年配の方まで、教室生の皆さんの技術、体力に合わせてコースを分けたり、レッスン内容を変えたりしながら指導しています。テニスはグラウンドストローク、ヴォレーなど、いろいろなショットがあるので、それぞれについて順を追って進んでいます。ルール、それからテニス独特のマナーに付いても学んでいきたいと思ひます。今まで体を動かしたことが無い人でも、一度教室に参加してみれば、その魅力に引き込まれるでしょう。

ボールを追いかけて、ラケットを振り、汗をかき、健康づくりにも役立ちます。テニスはいつまでも楽しめるスポーツとして最適だと思います。皆さんもテニススクールに参加しませんか。

この教室をきっかけに友達の輪が広がることでしょう。



中央体育館	隔週 木	18:45 ~ 20:45
南部体育館	月	18:45 ~ 20:45
長田体育館	月	18:45 ~ 20:45
東部体育館	火	18:45 ~ 20:45
北部体育館	隔週 水	18:45 ~ 20:45

バドミントン教室

静岡市バドミントン協会 会長 渡邊 眞一



バドミントン教室は、月曜日から金曜日まで市内の各体育館で開催され技術に応じて5コースにわかれて指導しています。

初心者コースはラケットの握り方から、素振り、基本の一本打ち等を、初級者コースは基本の打ち方や、フットワークを、中級者コースは応用練習を中心に、上級者コースは試合形式を多く取り入れ、中学生コースでは、選手強化を重点に指導しています。

受講者は、年配者から、OL、社会人、学生、中学生まで幅広く、皆さん気持ち良い汗を流しています。毎年三月には受講生の大会をクラス別で行い、一年間の練習の成果と、他教室生との交流を図っています。バドミントンを羽根突きと思っている人が多いと思いますが、オリンピック種目でもあり、オグ・シオ（小椋、潮田）コンビがテレビコマーシャルにも登場する人気スポーツです。

運動不足解消、シェーブアップ、友達作りに取り組んでいた人が、いつの間にかバドミントンの魅力に、何年も続けている人が大勢います。

中央体育館	月	18:30 ~ 20:45
南部体育館	水	18:30 ~ 20:45
長田体育館	金	18:30 ~ 20:45
東部体育館	木	18:45 ~ 20:45
北部体育館	火	18:30 ~ 20:45

～主催行事のお知らせ～

スポーツ講演会

開催日 平成19年10月30日(火)
午後6時30分より
会場 しずぎんホールユーフォニア

昨年度まで静岡県民スポーツ祭選手団壮行会と兼ねて開催していたスポーツ講演会は、今年度から単独で開催いたします。

今年度は、大相撲元小結 舞の海秀平さんをお招きして、10月30日(火)18時30分から、しずぎんホール“ユーフォニア”で開催します。

大相撲解説やスポーツキャスターでおなじみの舞の海さんの軽妙なトークを聞くことができると期待しています。

参加無料です。聴講希望者は、当協会管理施設窓口(中央・南部・長田・東部・北部の各体育館、西ヶ谷・清水の各総合運動場、清水清見潟公園スポーツセンター)にて入場整理券を配付します。詳しくは広報しずおか9月15日号をご覧ください。



介護予防教室



(昨年度教室の様子)

昨年度中央体育館で開催し、ご好評をいただきました介護予防教室を、今年度は3会場で行います。

清水総合運動場と中央体育館では、“健康体操とマッサージで介護予防”教室を開催します。

また、清見潟プールでは“水中ゆらぎ体操で介護予防”教室を開催します。水の特性を生かし、加齢によって減退しやすい基礎筋力の強化を図ります。

詳細につきましては左表の通りです。募集については広報しずおか9月15日号に掲載予定です。受講は無料です。ぜひご参加ください。

会場	期間・回数	曜日・時間	対象・定員
清水総合運動場 武道場(畳)	10月22日(月)～ 11月15日(水) 全8回	月・木曜日 10:00～11:30	40歳以上 30名
中央体育館 柔道場	10月23日(火)～ 11月16日(金) 全8回	火・金曜日 10:00～11:30	40歳以上 30名
清見潟公園スポーツ センタープール	10月24日(水)～ 11月28日(水) 全6回	水曜日 13:20～14:30	60歳以上 20名

第11回体協ウォーキング

開催日 平成19年11月18日(日)
会場 静岡市葵区 井川湖周辺

今年度の体協ウォーキングは、11月18日(日)に秋色の井川を歩きます。

富士見峠から、大日ピクニック広場、井川少年自然の家を通り、井川湖へ向かいます。井川湖を渡船で井川本村へ渡していただく予定です。

この頃、井川湖周辺は木々が赤く色づき始めます。目からは秋の彩り、身体には澄んだ空気を取り込みながら、みなさんで歩いてみませんか？

募集は広報しずおか 10月15日号に掲載予定です。また、当協会管理施設(中央・南部・長田・東部・北部の各体育館、西ヶ谷・清水の各総合運動場、清水清見潟公園スポーツセンター)にポスター等を掲示します。



施設紹介

清水総合運動場

武道場 開館!!

このたび、清水総合運動場の武道場が完成し、4月15日(日)から利用できるようになりました。柔道、剣道、空手、なぎなたなどの武道に利用できる柔道、剣道兼用道場2面を備えています。申込方法や利用料金など詳しくは、清水総合運動場へどうぞ。

お問合せ 清水総合運動場
TEL : 334-5049
FAX : 334-5554

施設の概要

所在地：清水区清開二丁目1-1 清水総合運動場内

構造：鉄骨造平屋建 延床面積：668㎡

内容：柔道・剣道兼用道場の2面(間仕切り有り)

休館日：年末年始(12月29日～1月3日)

利用時間：午前9時～午後9時

(毎月第1月曜日は午後6時閉館)



平岡勇輝選手 世界選手権大会出場!!

5月26日東京・大田区体育館で行われた、第67回全日本ウェイトリフティング選手権大会で、男子94キロ級出場の平岡勇輝（静岡市体協）選手は、トータル345キロの日本新記録で2連覇し、9月15日よりタイ・チェンマイで開催される、第76回世界ウェイトリフティング選手権大会日本代表選手に決定しました。



静岡市少林寺拳法協会

会長 林 芳久仁



静岡市ボウリング連盟

会長 滝間 俊成

編集後記

各競技団体の皆様および事務局の方々のご協力により、第56号を無事発刊することができました事、心より感謝申し上げます。

さて、今年度は新しく清水区に武道場がオープンし、各体育館やプールでは様々な教室が開催されております。また秋以降の主催行事の情報を提供し、より多くの市民の皆さまにご参加をお願いしたいと思います。

今後益々この広報誌でスポーツの普及が図れますよう、また健康で明るく豊かな生活を送る一助となる情報を発信できればと思います。

調査広報委員 松村吉郎・鈴木一正

YAKUDOU

第56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>