

第20回 麻生区女子バレーボール大会



開催日：平成21年8月23日（日）
場所：麻生スポーツセンター

第20回の記念大会は、昨年より1チーム少ない10チーム、登録人数129名で開催されました。

今年は、例年のトーナメント方式を見直し、A・Bブロックの予選リーグ戦を行い、各ブロックの1位同士が決勝戦・2位同士が3位決定戦に駒を進める方式を採用しました。

皆さんには概ね好評だったようです。



点数！接戦で～す。
どちらも頑張れ～



今年も張り切っちゃいましたア～



今年の女子バレーボール大会も、世界陸上に負けないくらい白熱した見応えのある試合ばかりで、スポーツとは、見ている人達にも活力・希望を与えてくれるものだとして再認識しました。皆さんの熱気は体育館の室温を上昇させ、熱中症計は何度も警戒レベルのアラームが鳴りましたが、無事終了する事が出来ました。



片平町会A 6連覇！！

来年も、このコートでお会いしましょう！
待ってま～す(´0´)/



山口台自治会
準優勝です！

★ 平成20年度 川崎ブロック研修会

開催日：平成21年3月1日（日） 場所：大戸小学校



あ〜らよっと！

今年度の実技研修は、「バウンスポール」「リングビー」と、「救急救命講習」を行ないました。寒い一日でしたが、川崎各区の委員との交流も図りながら、ニュースポーツに汗を流し、いつ起こるかわからない緊急時に備えてAEDの使い方と心肺蘇生法を実際に体験し、とても有意義な研修会でした。

(リングビー)



★ リバーサイド 駅伝 in 川崎

開催日：平成21年3月15日（日） 場所：古市場陸上競技場



今年も、古市場陸上競技場を発着点にリバーサイド駅伝が開催されました。参加チームは1,248チーム、参加人数は実に5,740名に達しました。今回から小学生だけで編成したチームが参加できるキッズの部（ファミリー部の中）もあり快晴の中、盛況の内に無事終了しました。



★ 第20回 麻生区壮年ソフトボール大会

開催日：平成21年5月24日（日）、5月31日（日）、6月7日（日）

場所：麻生水処理センター

今年度は、大会初日より日程も雨・雨・順延・順延となり、試合が進まず当初予定日程だけが終了してしまいました。

今大会には、16町会・自治会の17チームで登録者数318名がエントリーされました。5月17日（日曜日）順延、5月24日（日曜日）雨のため開会式のみ実施、5月31日（日曜日）7試合、6月7日（日曜日）4試合が終了し、残りの試合は来たる11月22日（日曜日）麻生水処理センターで開催する予定で、なんとか20回の今記念大会を無事終了したいと願っています。

勝ち上がっているチームの皆様は、今一度練習に励んでいただき、優勝を目指して頑張ってください。



11月まで順延中！！



雨、心配タア〜が現実



雨、なんとか大丈夫かナア〜と思ったら-----2週連続、途中中止に〜

★ 平成21年度 関東体育指導委員研究大会東京大会

開催日：平成21年6月5日（金）・6日（土）

場所：文京シビックセンター・文京区民センター他

今年の関東体育指導委員研究大会は、東京都文京区で開催されました。

一日目は、表彰式に続きアトラクションやテレビ朝日アナウンス部の宮嶋泰子女史による「健康づくりに期待される体育指導委員の役割」についての基調講演などがあり、二日目は4分科会に分かれ、各テーマについての発表と質疑応答が行われました。関東体育指導委員の参加総数はスタッフを含め約1,700名でした。



★ 平成21年度 市民救命士講習会

開催日 : 平成21年7月4日(土)

場所 : 麻生消防署



AED (3種類) のふたが開いた状態



スポーツの現場のみならず、日常の場面でも、初期救命処置はとても大切です。今年で3回目になるこの講習会では、グループに分かれての実技をしっかりと体験して、いざという場合の「救命のリレー」に協力できるようにと、真剣な気持ちで参加しました。消防署では、AEDの使い方を含む市民救命士講習会を年間何回も実施しています。

皆さんも是非一度受講されてみてはいかがでしょうか。

結構、体力が必要
なんですネ～



★ 平成21年度 川崎市民体力テストの集い

開催日 : 平成21年9月13日(日)

場所 : 麻生スポーツセンター



大勢の方が、ご参加下さいました。
ご自分の体力の現状はいかがでしたか？



今年の体力テストには 85 名の方が参加下さいました。体力自慢の方、ファミリーでの参加、若者のグループなど、それぞれの思いを持って、一つ一つのテスト項目に元気に取り組んでいました。

全ての項目が終了すると、総合判定が行われ、その結果で皆さん一喜一憂されていました。

これらの資料は、21世紀の社会を生きる人々が心身ともに健康で活力ある社会を営んでいくための基礎資料となりますし、皆さんの体力の現状を知る目安にもなると思います。

来年も、お友達・ご家族でふるってご参加下さい。

★ 平成21年度 麻生区体育指導委員会自主研修

開催日 : 平成21年9月13日(日)

場所 : 麻生スポーツセンター

今年度の自主研修は、屋内ペタンクを行いました。

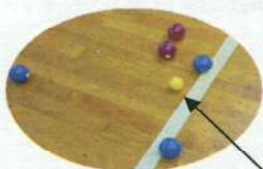
ルールは、通常の屋外ペタンクゲームと同様です。

サークルの中に立って黄色の標的球(ビュット)に向

かい、2チームがそれぞれ赤と青のボールを投げあい、より近づけることによって得点を競うゲームです。屋外用のボールは約700gの鋼鉄製ですが、屋内用のボールは特殊な軟らかいボール(直径約70mm、重さ約400g)を使用しますので、体育館や会議室などで床をいためることなくプレーが楽しめます。

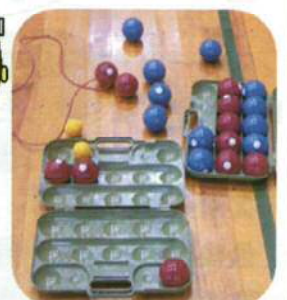


近いのほ
とっち?

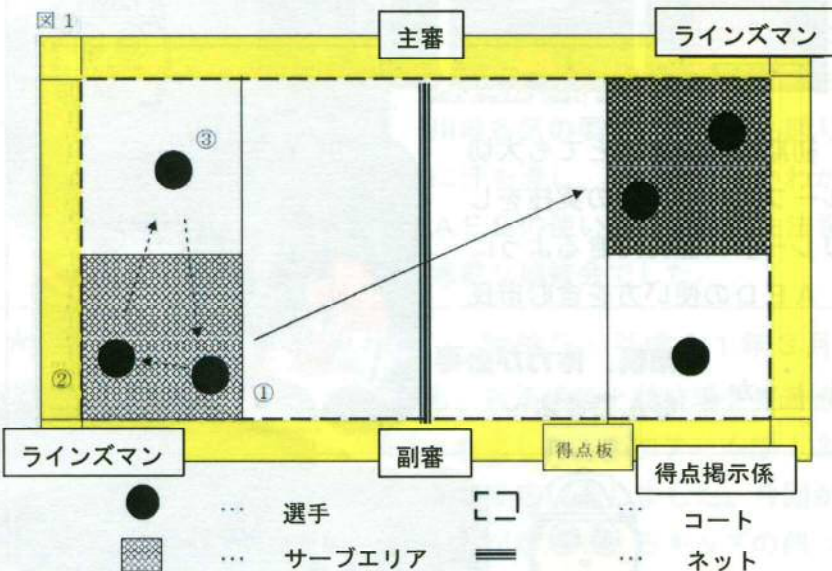


(ビュット)

なかなか思った所にボールは行きませんが、子どもからお年寄りまで楽しめる球技です。次号の新聞でルールをご紹介します。



ニュースポーツ紹介【バウンスボール】



バウンスボールは、子供から大人まで、年齢、性別に関係なく、日常スポーツに親しみの少ない方々も気軽にゲームを行うことができ、専用ネットとバドミントン（シングル）コート程度の広さがあれば楽しめます。使用するボールは特製球で、柔らかいので突き指等の心配はありません。ワンバウンドしたボールを手で打つので、恐怖心もなく、特別の用具もありません。慣れてきたら応用球（楕円形）を使用するとより一層楽しく行うことができます。

■サーブ

- (1)サーブ権は試合開始時に、主審と両キャプテンの立会いのもとにトスを行い、トスに勝ったチームのキャプテンは、サーブ権又はコート of のいずれかを選択する。
- (2)サーブはアンダーサーブ（肩より手が上がらないこと）とし、1回自分のコート内でワンバウンドさせたものを掌で打ち、対角の相手コート内に打ち込む。（コート内から対角のコート内に打ち込む。）
- (3)サーブ位置は、自陣のコート内とする。
- (4)サーブ時にネットに触れ相手コートに入った場合又は、味方にあたった場合はボール・アウトとする。

■レシーブ

- (1)レシーブは、片手又は両手でワンバウンドのボールを相手コートに返す。
- (2)ボールは、レシーブ側の誰がレシーブしてもよい。
- (3)必ず自陣のコートでワンバウンドしたボールを、1回で相手コートに返しラリーを続ける。
- (4)返球したボールは、ネットに触れて相手のコートに入ってもインプレーとする。



■ボール（バウンスボール専用ボール）

競技球——丸型直径 25cm 重量 90g

応用球——楕円直径 20cm×25cm 重量 80g



バウンスボールは、とても簡単で楽しいスポーツです。麻生区体育指導委員会でもバウンスボールを所有しています。ご希望の方は体育指導委員におたずねください。

編集後記



今年は、壮年ソフトも女子バレーも第20回の記念大会を迎えましたア〜凄い事です！！



この後は、運動会・歩け歩け運動などもあります。ご参加下さい！！

スポーツ・あさお第6号の発行にあたって、今年は壮年ソフトボールも女子バレーボールも20回という節目の大会となりました。しかし、壮年ソフトボール大会は悪天候続きにより秋に順延になっています。

女子バレーボール大会は、新しい試合形式が好評で怪我もなく、無事終了する事が出来ました。

スポーツの秋！！ まだまだ、沢山の催し物があります。皆さん、是非ご参加ください。

最後に、「かじのや納豆」さんのご協力もあり、各大会とも盛況に行われました。

麻生区体育指導委員一同、感謝申し上げます。本当にありがとうございます。