



安城市教育委員会
安城市スポーツ推進委員
連絡協議会

事務局／安城市体育館内
TEL 0566) 75-3535
〒446-0061
安城市新田町新定山41-8
令和元年9月1日 第43号発行

安祥中学校区 活動紹介

安祥中学校区は安城南部小、安城東部小、祥南小学校区から構成されており、8名のスポーツ推進委員で活動しています。

地域の皆さんが、身近な場所で気負うことなく体を動かす場を提供できるよう、日頃からみんなで楽しめる気軽なスポーツを心掛け、行事を行っています。

当地区の一大イベントは8月末の「安祥地域スポーツ交流会」です。インディアカ、卓球、ソフトバレー、バドミントンをを行い、毎年100人を超える大勢の方に参加していただいています。あちらこちらで笑い声と爽やかな汗が飛び交い大盛況です。

ただ、この活動を知らない方がまだまだいるのも現状で、現在参加していただいている方々が、周りの人をもっと誘いたくなるように、今後も更なる向上心を持って活動に取り組んでいきたいです。是非、多くの皆さんのご参加をお待ちしております。



安城西中学校区 活動紹介

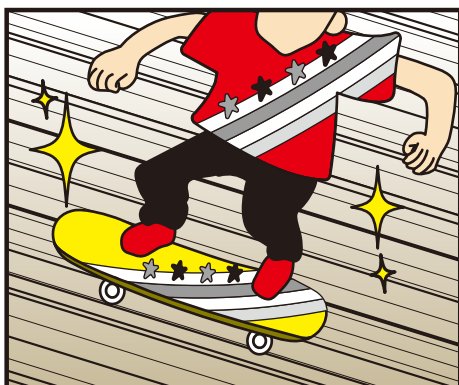
安城西中学校区は安城西部小学校2名、高棚小学校2名、三河安城小学校3名、7名のスポーツ推進員で活動を行っています。

スポーツ交流会としては、4月のグラウンドゴルフを皮切りにソフトボール、ソフトバレー、インディアカ、卓球、バドミントン、ゲートボールの交流会とスクールではショートテニス、7月には親子ふれあい忍者ランド等、子どもから高齢者まで参加できる活動をしています。

今後も喜んでもらえるように、また、たくさんの人に参加してもらえるように活動していきます。



アツいぞ！ スポシんジャー!!



東京オリンピックまであと1年

安城市中学校区の掲示板

安城南中学校区

市民地域スポーツ交流会&振興事業

【ニュースポーツ交流会】
カローリング・スポーツ吹き矢
9月15日(日)13時～昭林公民館

【ソフトバレーボール】
10月12日(土)9時～錦町小学校
3月22日(日)13時～桜町小学校

【ノルディックウォーキング・フットベースボール】
11月3日(日)9時～桜町小学校

【ソフトバレー4地区交流会】
11月30日(土)17時～安祥中学校

【レクリエーションバレーボール】
11月30日(土)9時～錦町小学校

【インディアカ】
12月7日(土)9時～錦町小学校
2月16日(日)9時～桜町小学校



安城北中学校区

カローリングスクール&バドミントンスクール

【カローリングスクール】
9月～3月(毎月第1日曜日)
13時30分～15時30分 作野公民館

【バドミントンスクール】
1月19日(日)・25日(土)・26日(日)
2月1日(土)・2日(日)
13時～15時 中部小学校体育館
スクールの中で人気No.1

【親子ふれあいまつり】
3月22日(日)13時30分～15時 青少年の家



みんなうまくなっています。

明祥中学校区

地域スポーツ交流会 & 大会

【卓球交流会】
9月22日(日)9時～明祥中学校体育館

【グラウンドゴルフ交流会】
10月12日(土)9時30分～和泉遊水池公園

【ソフトバレー4地区交流会】
11月30日(土)17時～安祥中学校

【スポーツ交流会】
2月1日(土)13時～明祥プラザ

【グラウンドゴルフ大会】
3月8日(日)9時30分～明祥プラザ

安城西中学校区

ショートテニススクール

ショートテニスは、テニスボールよりもやや大きなスポンジボールと軽いラケットに、通常のテニスコートよりも小さなバドミントンコートを利用し、誰でも気軽にできるスポーツです

11月17日(日)・12月15日(日)
1月19日(日)・2月16日(日)
3月22日(日)
9時30分～11時30分
開催場所：三河安城小学校体育館
◆期日が近づきましたら、町内回覧板で案内します。



桜井中学校区

市民地域スポーツ交流会

【ソフトバレー】
10月5日(土)13時～桜井公民館

【インディアカ】
10月26日(土)13時～桜井公民館

【グラウンドゴルフ】
11月16日(土)8時～桜井中央公園
(予備日)11月23日(土)8時～桜井中央公園

【ラージボール】
11月30日(土)13時～桜井公民館

【ミニテニス】
12月7日(土)9時～桜井公民館

【スカイクロス】
1月11日(土)9時～桜井公民館

【カローリング】
1月25日(土)13時～桜井公民館



東山中学校区

市民地域スポーツ交流会

【スローピッチソフトボール】
9月29日(日)8時～予備日10月6日
かきたグラウンド、デンソー安城グラウンド

【ソフトバレー】
10月27日(日)9時～東山中学校

【バドミントン】
10月27日(日)13時～東山中学校

【スナッグゴルフ】
12月1日(日)9時～かきたグラウンド

【スナッグゴルフスクール】
10月13日(日)10時～予備日10月27日、11月3、10、24日
柳原公園

【北部公民館まつり】
3月8日(日)9時～北部公民館



安祥中学校区

市民地域スポーツ交流会

【卓球スクール】
祥南小学校体育館(9時30分～12時)
9月8日(日)・15日(日)・22日(日)・29日(日)
10月6日(日)

【グラウンドゴルフスクール】
・10月12日(土)東尾こども広場
・10月13日(日)毘沙門公園
・10月19日(土)祥南小学校
・10月20日(日)祥南小学校
・10月26日(土)古井子ども運動広場
<時間> いずれも9時～12時

【ゲートボール】
11月9日(土)8時～山崎子ども広場

【グラウンドゴルフ】
11月23日(土)8時30分～東公園

【ソフトバレー4地区交流会】
11月30日(土)17時～安祥中体育館



篠目中学校区

市民地域スポーツ交流会

【卓球】
9月22日(日)8時～二本木小学校体育館

【バドミントン】
9月29日(日)9時～梨の里小学校体育館

【ソフトボール】
10月13日(日)8時30分～篠目中学校グラウンド

【バレーボール】
10月13日(日)9時～篠目中学校体育館

【カローリング】
11月16日(土)9時～二本木公民館体育室

【インディアカ】
11月17日(日)9時～作野小学校体育館



今年から「カローリング」を行います!皆さんの参加を待ってます!!

携帯で簡単検索!



交流会・大会に関するお問合せは各小学校区のスポーツ推進委員まで

スポーツ推進委員の詳しい情報やお問い合わせはこちらから

安城市 スポーツ推進委員 検索



ミニテニス ★一生 楽しめる 生涯スポーツ

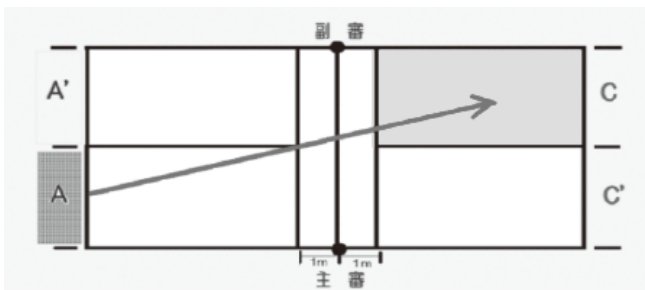
★どんなスポーツ？

いろいろな生涯スポーツがありますが、ミニテニスのスクールや講習を行うと必ず沢山の参加者があり、楽しいのでこれからも続けたいと言う声が多くここ数年参加者が増加し、全国大会も開催されるほどになって来ています。
本来のテニスではハードで難しいと思われる方々には最適なスポーツです。

コート	体育館の中で、バドミントンコートを使用
ネット	バドミントンのネットを使用し、高さは1mで行ないます
ラケット	専用のラケット(普通のテニスラケットより10cmほど短い)を使用
ボール	ビニール製で、ソフトボールくらいの大きさのボールを使用
ゲーム	全てダブルスで行いシングルスはありません。勝敗は1ゲーム6点先取とし、3ゲーム中2ゲームを先取した方が勝者となります
ルール	サーブ、レシーブ全て1バウンドで打ちます。ボレーはありません。サーバーのみ左右に入れ替わり、レシーブ側は変わりません

コート

- ・バドミントンコートと同じ(13.4m×6.1m)
- ・ネットの高さは1m(コート中央)



ミニテニスボール

ビニール製でとても軽く、当たっても痛くない



ミニテニスラケット

テニスラケットより短い



ボッチャ ★誰でもできる！

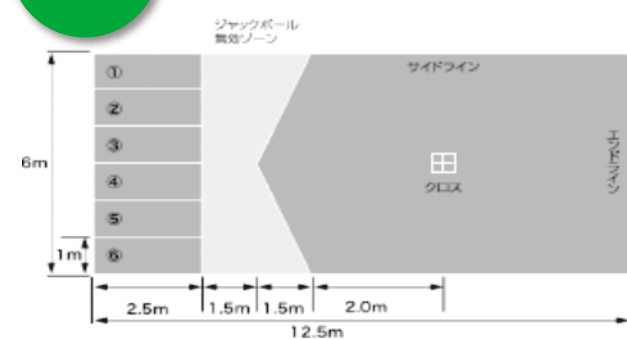
★どんなスポーツ？

ボッチャは、重度障がい者だけではなく、子どもから高齢者まで幅広く、どんな人でも楽しむことができるスポーツです。

コート	長さ12.5m、幅6mのコート
ボール	赤又は青の皮製ボール
ゲーム	先攻サイド(赤)がジャックボール(目標球)をコートに投げ入れます。コートにV字型に引かれたジャックボールラインを越えなければならず、無効ゾーンに止まった場合は、相手側に権利が移ります。両方のボールを1球ずつ投げ、それ以降はジャックボールより遠い距離にあるカラーボールの側がボールを投げます。ボールの距離は審判が判断し、選手に指示板で伝えます。
ルール	ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。障害によりボールを投げるができなくても、勾配具(ランプ)を使い、自分の意思を介助者に伝えることができれば参加できます。競技は男女の区別のないクラスに別れて行われ、個人戦と団体戦(2対2のペア戦と3対3のチーム戦)があります。

コート

コートはバドミントンとほぼ同じ大きさです



【出典】日本ボッチャ協会参照

ボール



競技風景



幻の“ラジオ体操第三”とは

ラジオ体操には
“第三”が存在していた！
◎高い運動効果で注目を集める幻の体操

1946年からわずか1年半だけ放送された“幻の体操”のこと。曲のテンポは第一・第二と比べて早く、動きはより大きい

幻になってしまった理由は、番組では実際に第三の音だけ流されたため「内容が全くわからなかった」だそうです！

うつ病予防や生活習慣病改善に向けた運動として人気が再燃！
◎2013年から滋賀県東近江市でラジオ体操第三を展開している

『ラジオ体操第三』といった書籍も市販されており、動画でも見れます。

現在スポーツ推進委員も“第三”に挑戦中!!
一度皆さんも体験してみてはいかがでしょうか！

『ラジオ体操第三』の全体の流れ

第1運動
足踏み運動

第2運動
脚の屈伸運動

第3運動
足踏み運動

第4運動
脚の深い屈伸運動

第5運動
両足跳び運動

第6運動
頭を回す運動

第7運動
胸を反らす運動

第8運動
体側を伸ばす運動

第9運動
体の前後屈運動

第10運動
体の回旋運動

第11運動
跳躍運動

第12運動
足踏み運動

第13運動
腕の屈伸運動

第14運動
足踏み運動

第15運動
脚の屈伸運動

第16運動
足踏み運動

お疲れ様でした

【出典】「新しい朝が来た-ラジオ体操50年の歩み-」 参照