

休協

第 96 号

平成 25 年 4 月 15 日

い い や ま

発行：特定非営利活動法人 飯山市体育協会 / 〒389-2251 飯山市大字旭 4722 飯山市民体育館内 印刷：(有) 足立印刷所

2013市民スキーフェスティバル/3月20日(祝) in 長峰スポーツ公園



# 第5回支部対抗 剣道大会

剣道クラブ  
福沢 東

平成25年3月3日、長野県剣道連盟第5回支部対抗戦が飯山市戸狩のトピアホールにて執り行われました。

この大会は、長野県にある剣道連盟の17支部が年齢ごとに7人の代表者を出して団体戦で戦う長野県剣道連盟が主催する大会です。

開催地は、今回より各支部持ち回りとなり、始めて飯山で開催される事になりました。

遠くは、飯田下伊那支部、木曾支部からの参加もあり、積雪の多さに驚かされている方がたくさんいました。

試合は、熱戦に次ぐ熱戦で優勝は長野支部、2位は飯田下伊那地区となりました。我ら飯山支部につきましては一勝一敗の成績に終わってしまいました。すが、すべての試合において実力が伯仲した見応えのある試合の数々でした。

大会の後は、交流会が行われ、剣道談議に花が咲き、県下の各支部の方々と交流を深める事ができました。県下の剣道愛好家の皆さん

に飯山を知っていたただく事ができましたことを大変うれしく思っております。



## 形競技大会に参加して

柔道部  
坪井 清仁

柔道の試合で用いられる攻防の技は無数にあります。この中から最も代表的な、また軌範となるものを選んで、これを体系づけたものが形です。従ってその一挙一動は、すべてが理に適い、これを練習することによって、攻防の理論を知ると同時に、学ぶことが出来ます。

柔道の形には、投(なげ)の形・固(かため)の形・極(きぎめ)の形・柔(じゅう)の形・講道館護身術・五(いつつ)の形・古式の形・精力善用国民体

育の形があり、現在全日本の競技として行っているのが、精力善用国民体育の形以外の7種目です。また、最近では、世界大会も開催されています。

投の形は、手技・腰技・足技・真捨身技・横捨身技の五種類に分けられ、代表的な柔道の投技を各3本ずつ、計15本を選んで組合せ基本の習得を目的として作られたもので、初段や式段の昇段時には欠かせない形です。

今年の5月に小学生による投の形の県大会が開催される事になり飯山柔道教室では、昨年秋の大会の参加を目指して取り組みました。

形の練習は、定期練習の終了後や、他の道場を借りて練習を行いました。最初は、歩き方や礼の仕方から始まり一つ一つの技について練習を重ねました。技の順番から、各技ごとに自分



が畳のどの位置に居れば良いのか、どのように動けばいいのかわ、反復練習の積み重ねでした。

飯山柔道教室からは、1組の参加でしたが大会には県下から13組の参加がありました。結果は準優勝ということで、目標の優勝こそ逃しましたが、目標に向けて一生懸命練習に取り組めたことで、今後の新たな目標に向け、自信になることでしょう。



## 平成25年市長との懇談会開催

年初め恒例の新年懇談会が1月17日午後6時、正副会長、理事による市長との懇談会を開催しました。

市長から「体協の皆さんには日頃からスポーツを通して市民の健康のためご尽力をいただき

感謝している」との挨拶をいただき、体協からの要望事項について懇談をおこないました。その中でスキー振興対策についてことが重要であると話されました。また、長峰スポーツ公園の施設更新事業は市営プールのリニューアルが終わり、今後予算を計上し更新を進め施設の充実を図りたいと前向きなご返事をいただきました。

今後も体育施設の充実に向けて懇談を重ねてまいりたいと思います。

続いて、ホールに場所を移して足立市長、宮本県議、西條総務文教委員長、長瀬教育長をはじめ多くのご来賓をお迎えして新年会を開催しました。初めに、清水会長の挨拶につき、足立市長、宮本県議、長瀬教育長よりご挨拶を頂き西條総務文教委員長のご乾杯の後、和やかな懇談会となりました。





# 県小学生クロスカン トリースキー大会

スキークラブ  
山室 忠

2月10日に長峰スポーツ公園にて、第31回となる本大会が開催されました。当日は天候もよく、熱いレースが繰り広げられました。

午前中は10時から競技が始まり、高学年から3km、2kmに分かれ次々とスタートを切っていきます。これまで各地域で練習を重ねてきた成果を出そうと、懸命に滑っている姿は遅しく、元気をもらえました。応援に来ている保護者やコーチ、友達の声飛び交い、普段の長峰にはない賑やかさとなりました。また、午後は学校対抗のリレー競技が行われ、こちらも熱戦が繰



り広げられ大いに盛り上がりました。

この大会は県内の小学生が集うものですが、参加者は年々減少傾向にあります。こういった課題のために、今後更に各地域で連携し合っ取り組んでいけたらと感じた大会でもありました。

選手の皆様さん、関係各位のみなさんお疲れ様でした。

## 出会いの季節

卓球クラブ  
石澤 誠直

雪が溶け、桜の時期がすぐそこまで近づいてきました。

冬の間腕を磨いた部員達は、この春、新しい学年、学校へとすすみます。

卓球台から頭を出すのがやっとだった小学生も、いつの間にか成長し、力強く腕を振るようになりました。

同伴してくれている保護者の方は、息子や娘が一球一球、真剣にボールを追っている姿に感極まり、コートで本人以上に熱くなってしまう場面も・・・

ときには「まあまあ、落ち着いて下さい」と冗談を言い合いながら、和やかなひと時も楽しめます。

みながら、毎週、練習を開催させていただいています。

保護者の方には過去に卓球をしていた経験がある方もおり、「すごく楽しかった・いい仲間ができたから、自分の子供にも経験してほしい」と嬉しい話を聞くことができます。

私達としても、勝つことだけを目的とせず、仲間との良い思い出を作ってもらうことは、とても大切な事だと思つていま

す。この思いを胸に、部員達は日々、練習を重ね、ライバルに「追いつけ、追い越せ」と頑張る姿を見せてくれます。

毎週、15台の卓球台が並び、30名近くの参加があるクラブ活動には、大学の休みを利用して練習に参加してくれたり、県外から駆けつけてくれる仲間もいます。

一人で水曜日に体育館を訪れても、知っている人がそこで練習をしており、安心できる事になっていくのではないでしょう

か。新しく参加してくれる部員達に期待を寄せ、楽しんでクラブに参加してくれている仲間と共に、さらに有意義な活動ができる事を楽しみにしています。



## 平成25年度の活動について

バスケットボール  
松浦 博之

現在、我々バスケットボール部には約40名の部員が在籍しております。競技者として練習や大会参加する部員のほか、小学生から高校生、社会人女子に至る競技者への技術指導に携わる部員も多く、指導者としても活躍する機会が増えてきています。

昨今、指導者の質が問われています。指導者は専門知識やそれを指導できる技能が必要であるのは勿論、人との交流が円滑に行える高いコミュニケーション能力を持つことも必要と言えます。

るでしょう。競技者が技術向上を目指すだけではなく、精神性を高め、仲間との交流を深めながら協調性を高められる指導を提供していければと思います。

我々の部を立ち上げられた、諸先輩方の思いを引き継ぎながら、新たな活動を進めていくため、今年度よりクラブ内規を施行し、組織図作りに取り組みしました。本クラブの目的は、「飯山市内のバスケットボール競技の振興を図ると共に、ジュニアの健全な心身の発達に寄与する。また、部員の相互の親睦を図り、生きがいのある生活づくりに取り組む」です。事業として①ミニバス(スポーツ少年団)の運営及び指導、②各種大会の開催、③各種講習会の開催、④指導者の育成、⑤審判員の育成、⑥各種大会への参加。また、部内の意思疎通スムーズにし円滑に事業が実施できるよう、ミニバス部会、中学生部会、高校一般部会、審判部会の4部会を設置しました。

少子化を抱える中、少しでも飯山のバスケットボール競技者が増えることを期待し、部員全員で活発な活動を進めていきたいと思います。いつでも部員募集中です。私達と一緒にバスケットボールを楽しみませんか！

# 出会い

バドミントンクラブ

小林 慎吾

誰でも得意不得意はあるにしろ、何かしらスポーツに打ち込んだことがあると思いません。

私も小学生の頃から様々なスポーツに取り組み、高校で出会ったバドミントンは現在でも夢中になっています。

バドミントンと出会い、社会人になってから気づいたことですが、同じことに打ち込む人たちとの出会いや繋がりが、そこから生まれる楽しさや体験はとてすばらしく、とても貴重な絆なのだと感じています。

現在ジュニアの指導員もしていますが、これは子供達との出合いにも同様に感じています。

私はスポーツと出会うことでたくさん喜びを体験してきました。もちろん苦しさや悲しさも経験しています。それは全てスポーツと出会うことから始まっていると思えます。

出会いはまさに、自分の枠から外に出るからこそ何かに会えるのだと思います。目的や発見はもちろん人それぞれだと思えますが、まず一歩出てみるのが、新しい出会いに繋がると思えます。

私はこれからもバドミントンを通じてたくさんの人と出

## 平成25年度 飯山市体育協会 バドミントン初心者教室 受講生募集中!!

近年、オリンピック等による日本人選手の活躍の成果が、バドミントンの人気が高まっており、「バドミントンをやってみよう」という声を聞くことが多くなりました。そんなご要望にお応えし、多くの方にバドミントンの魅力に触れていただけるよう、下記のとおり初心者教室を開催します。

期日 第1回 5月10日(金)  
第2回 5月17日(金)  
第3回 5月24日(金)  
時間 受付 18:45  
開始 19:00  
終了 20:30

会場 飯山市民体育館

内容 基本的な打ち方からゲームが出来るまで(個人差が生じる場合がございますのでご了承ください)

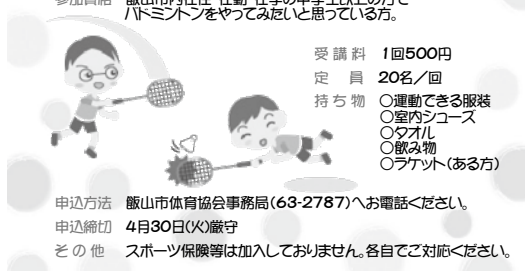
参加資格 飯山市内在住・在勤・在学の中高校生以上の方でバドミントンをやってみようと思っている方。

受講料 1回500円  
定員 20名/回  
持ち物 ○運動できる服装  
○室内シューズ  
○タオル  
○飲み物  
○ラケット(ある方)

申込方法 飯山市体育協会事務局(63-2787)へお電話ください。

申込締切 4月30日(火)厳守

その他 スポーツ保険等は加入しておりません。各自でご対応ください。



会い、たくさんの方の新しい何かに出会うことを楽しみにしています。

また、本年度は5月に中学生以上の方初心者教室を行います。詳細は体協ホームページをご覧ください。

### 調和の美を 目指して

弓道連盟  
石田 真

弓道を習い始めて最初の頃は単純に、矢が的中すれば嬉しいし、外れれば悔しいというものでしたが、習い続けていくとそれだけではないことがわかってきます。弓道教本第一巻に現代弓道における修練の眼目として、「射法、射技の研修」「礼に節した体配の修練」「射品、射格の向上」「人間完成の必要」体配と射法射技が渾然一体となり、品格のある射が生まれなければならぬ。日本の弓道は的中至上主義をとってはいない。弓道には調和の美がなければならぬ。更に弓道の要諦は至誠と礼節である。人に勝つことよりも「誠」を尽くすことがより大切である。弓道の修練が心身ともに日常生活につな



がることを念願している。弓道は体育や健康のためばかりでなく、人生をより高く豊かにするものでなければならぬ。昔から射即生活、射即人生と言われてきたことを忘れてはならない。弓道が教えてくれる躡や慎み、和敬、克己反省等の徳目を体得することが大切である。と書かれています。これを目標にして日々の稽古をしようとするのですが、個人個人が的前で弓を引いているだけでは体得が難しいので、複数で射場の入場から行射、退場までの動作を練習する事が重要です。自分勝手にやるのではなく、みんなと呼吸、眼づかい、間などを合わせて基本に則り動作をするようにします。複数の人が同時に立ったり、座ったり、弓を立てたりするのがそろっている、とてもきれいです。

天の恵み、雪のお陰で飯山ならではの冬のスポーツ大会が数多く開催されました。大会に出場された選手の方々には、いい思い出になったことでしょうか。大会役員・競技役員の方皆さん、ありがとうございました。

ポカポカ陽気に誘われ春うららー！長峰スポーツ公園では桜が4月中旬に満開となります。針湖池に映る桜の美しさは、絶景です。ぜひ桜を観に来てください。



## 編集後記

