

第44回広島県民体育大会 総合型地域スポーツクラブ交流会 実施報告書

実施日：2019年12月3日（火）

2019年12月9日
総合型地域スポーツクラブ
どんぐりクラブ屋台村



総合型地域 SC 交流会報告

趣 旨	広島県内の総合型地域スポーツクラブ及び創設準備中クラブの相互の交流・情報交換を行うとともに、交流会の開催を通じて総合型地域スポーツクラブの設立の意義と活動状況について県民への普及機会とする。
大会名称	第44回広島県民体育大会 総合型地域スポーツクラブ交流会
主催	公益財団法人 広島県体育協会
主管	総合型地域スポーツクラブ広島県連絡協議会 総合型地域スポーツクラブどんぐりクラブ屋台村
日時	令和元年12月3日(火) 9:00～11:45(受付8:30～)
場所	豊平総合運動公園 体育館ウィング(山県郡北広島町都志見 12609)
内容	柔道エクササイズ・ボッチャ
参加料	無料

参加クラブ

- ・オールラウンドすずはり(11名)
- ・NPO法人バンブースポーツクラブ(1名)
- ・江田島恵eスポーツクラブ(3名)
- ・よろずや北広島(1名)
- ・どんぐりクラブ屋台村(6名)

当日スケジュール

8:30～9:00	受付
9:00～9:15	開会行事
9:15～10:15	柔道エクササイズ 講師：広島国際大学 保健医療学部 医療技術学科 柔道部顧問 准教授 瀬川 洋 先生
10:30～11:40	ボッチャ 説明：北広島町社会福祉協議会 竹森 祐輔 さん
11:40～11:45	閉会行事

<開会行事>



どんぐりクラブ屋台村 前迫理事長あいさつ

<柔道エクササイズ>

来年2020年は、いよいよオリンピック・パラリンピックが開催される。本北広島町はオリンピックホストタウンとして、ドミニカ共和国と提携を結び、「柔道」「陸上競技」の選手の事前合宿を行い、選手が地元の小中学校を訪問したり、郷土芸能の神楽の体験をしたりして、スポーツの発展と健康増進、異文化交流の推進を図っている。ホストタウンとしてドミニカ共和国が選ばれた背景には、本クラブが15年にわたって主催するカープ球団を招いての、ウェスタンリーグ戦がある。カープ球団は、自らが主催するカープアカデミーなどドミニカ共和国とのつながりが強く、多くの選手も活躍している。

柔道エクササイズは、本町が、オリンピック・パラリンピックの、一つのレガシーとしようと、広島国際大学の瀬川准教授を講師とした、体力づくり・健康増進のプログラムである。町内各地で講習会を開き、普及を進めている。その基本は柔道の動きを生かした筋力の向上や、受け身の動きを生かした転倒時の衝撃軽減・骨折防止を内容としている。年齢や体力、障害の程度によって運動内容が変わるが、高齢者にとっては特に有意義なエクササイズである。当日の参加者もほとんどが60歳以上であり、80代の方も3名おられた。それぞれ熱心に運動に取り組まれ、軽く汗をかくほどであった。二人一組になったり、声をかけ合ったりと和気あいあいと和やかな空気に包まれていた。



瀬川先生の講和



柔道の歴史やオリンピックとのつながり



柔軟性へのチャレンジ



ペアになって

<ボッチャ>

ボッチャは来年のパラリンピックの正式種目とされ、障害のあるなしを問わず、だれでも楽しめるスポーツとして注目されている。本町で中心となり普及をすすめ、大会を開催している北広島町社会福祉協議会の竹森さんを招聘し、その意義やルール、試合の進め方を説明してもらった。参加者のほとんどが初めての体験であったが、ゆっくりとわかりやすく説明してもらい、実際の試合形式で審判も経験してもらうなどしてわかりやすい内容となった。競技の楽しさを実感するだけでなく、各地域に持ち帰ってもらいボッチャの普及につながることが期待できる。



ルールや試合の進め方の説明



試合も行いました

<閉会行事>

