

楽しいスポーツ・レクリエーション 体験会レポート

5競技に楽しくチャレンジ

富山県生涯スポーツ協議会が主催する「楽しいスポーツ・レクリエーション体験会」は、2015年10月17日に射水市内で開催されたパークゴルフをスタートとし、5競技に延べ159人がチャレンジしながら、心地よい汗を流しました。

10月24日は高岡市内でグラウンド・ゴルフ、同25日は富山市内でビリヤード、11月28日は同市内でフラダンス、2016年3月5日は、同市内でバウンドテニスの体験会が開かれました。参加者は「ゴルフの経験がなくても、グラウンド・ゴルフは気軽にできる」「フラダンスは意外に体力が要る」などと感想を述べ、競技の面白さや特性に理解を深めました。

富山県生涯スポーツ協議会は16年度も体験会を開催する予定で、15年度とは異なる競技で参加者を募集します。



クラブは1本でOK

パークゴルフ

2015年10月17日(土) 13:30~15:30
下村パークゴルフ場

★ポイント★

その名の通り、公園で気軽にできるゴルフ。年齢にかかわらず、1組4人以内で何組でも参加でき、クラブ1本、ボール1個、ティー1個があれば楽しめる。ボールをカップに入れるだけの単純なスポーツだが、みんなで盛り上がる事ができる。

◆感想◆

8歳、5歳の息子と一緒に参加しました。パークゴルフ場は起伏に富み、ゴルフ場と同じようにフェアウェイやバンカーもあります。真っ直ぐボールを打ったつもりでも斜めになったり、力の加減が難しくて行き過ぎたり、手前で止まったり。でも、1回プレーすれば感覚はつかめました。プレーが終了したら、後に来るグループへ手を挙げて知らせるなどのマナーを守らねばなりません。ゴルフの経験はありませんでしたが、大丈夫。長男は3打でカップインできると大喜び。子どもから高齢者まで一緒に楽しめるスポーツです。

vol. **62**
2016

どこでも楽しめます

グラウンド・ゴルフ

2015年10月24日(土)10:00~12:00
高岡市グラウンド・ゴルフ場



◆感想◆

平面なので、ボールの動きは、パークゴルフより速く、直線的になります。標準コースは15・25・30・50メートルがあり、各コース2つずつの計8ホール。50メートル先のホールポストに入れようと思ったら力いっぱい打たねばなりませんし、15メートルでは力を加減し過ぎてボールが止まってしまうことも。距離が違えば感覚は異なります。空振りもよくしました。小学校のグラウンドなどで盛んに行われているそうです。上級者の皆さんはさすがにお上手。そんな方から「今のは良かったよ」などとほめていただきながら、楽しくプレーしました。

★ポイント★

グラウンド、河川敷など広い場所に、持ち運べる「ホールポスト」を置けば、すぐにプレーを開始できる。ポストを置く数は自由。何回打ってホールインするかを競う。専用のクラブ、ボールを使い、1組6人から10人で行う。



カッコよさも追求!

ビリヤード

2015年10月25日(日)13:00~15:00
フィレンツェネオ問屋町店



★ポイント★

「ラシャ」という布を張ったテーブル上で「キュー」と呼ばれる棒を操り、球を突いて別の球に当てる競技である。使用するテーブルの形によって、キャロム競技とポケット競技に分けられ、それぞれに使用する道具が異なる。

◆感想◆

初めての体験でした。体を動かすというよりは、頭を使うスポーツです。球を突く姿勢については「脇を締め、手を動かす」「力を入れ過ぎない」などいろいろ教えていただきました。キューを持ったのは初めてで、しかも、やったことがない動作をしなくてははいけないので、感覚をつかむまでが大変。でも、最後は球の芯を突いて、真っ直ぐ進むようになりました。映画『ハスラー』などのカッコいいイメージにひかれて学生時代に夢中になったことがある50代の男性は、講師にいろいろ質問するなど、積極的に取り組んでおられました。



パソコン修理・サポート

TEL: 076-494-2285

夜遅くまで緊急対応可能!

突然パソコンが起動しない…
インターネットが繋がらない…
パソコンの「困った」に
専門スタッフが迅速丁寧に対応します。

Webagent

有限会社ウェット・エージェント

富山市堀川町300セ・モンテビル2F

実は汗をかくスポーツ フラダンス

2015年11月28日(土)14:00~16:00
富山県総合体育センター 小アリーナ



◆感想◆

生バンドによる演奏で踊ることができて楽しかったです。講師はハワイに在住経験がある方で、分かりやすく教えていただきました。単なる横の移動から、腰の上下動が加わり、さらに手も動かすとなると難しく、ゆったりした音楽なのについていけなくなってしまいました。でも、動作の意味を学びながら踊ることで、動きを覚えやすく感じました。ハードな動きではありませんが、いつも体を動かし続けているので、体が温まる効果があります。最後は花の髪飾りを付け、3グループに分かれて踊りを発表しました。

★ポイント★

「フラ」とはハワイの伝統的な歌舞音曲であり、それに合わせて踊ることをフラダンスという。音楽、歌唱も合わせた総合芸術であり、動きには祈りなどの宗教的な意味もある。全国に教室があり、女性の人気を集めている。



コートはバドミントンの半分 バウンドテニス

2016年3月5日(土)17:00~19:00
富山県総合体育センター 中アリーナ

◆感想◆

体育館に専用のマットを敷き、ネットを設置すればコートになります。硬式テニスは未経験で、軟式テニスを体育の授業でやったぐらいでしたが、問題なくできました。小学生も楽しんでいましたよ。ラケットは小さくて軽く、柄が短いので簡単に操れます。ボールは柔らかく、小さいので、慣れるためにまずキャッチボールをしました。コートが小さいのでそれほど動き回る必要はありません。逆に打ち返した球がコートをはみ出して「ホームラン」になりがち。ネットの高さが50センチというのは引っかけやすくて、加減が難しかったです。



★ポイント★

テニスと卓球を併せたようなスポーツ。シングルスとダブルスがある。一般のテニスラケットより短いので簡単にボールを打つことができる。1ゲームは4ポイント先取であり、1試合9ゲーム中、5ゲームを取れば勝利となる。



2015年度に、生涯スポーツ協議会が主催した体験会(5回実施)は、県からの委託事業(元気とやまスポーツライフサポート事業)として実施しました。また、14加盟団体でも50の事業(体験会等)を実施していただきました。

いい SIGN でグレードアップ

建設業知事許可(般)第5159号 富山県屋外広告業登録 第184号 富山市屋外広告業登録 第6164号



株式会社 **EBISUDO** コーダイシャ

代表取締役 酒井 賢一

〒930-0883 富山市五福新町5768 TEL:(076)432-0359 FAX:(076)433-7764 E-mail:ebisudo@ymail.plala.or.jp □山室事務所 □針原スタジオ

世代を超えてダンスを楽しむ

南砺の大西大晶さん・咲菜さん・陽来里さん

両親と母方の祖父母は指導者

南砺市の大西^{ひろあき}大晶さん（砺波高2年）・咲^{さきな}菜さん（福野中2年）・陽^{ひらり}来里さん（福野小3年）は、ダンスの国際舞台を目指すきょうだいです。3人が取り組んでいるのはダンススポーツ。父・大紀さんと母・早織さんはNPO法人富山県ダンススポーツ連盟認定サークル「Happy クローバー」の指導者で、母方の祖父母もダンススポーツの経験者です。3世代が夢中になるダンスの魅力について聞いてみました。

はじめに、ダンススポーツは社交ダンスと混同されがちですが、フィギュアスケートのように技術と芸術性を争う採点競技で、五輪への採用も期待されるなかなかハードなスポーツです。スタンダードとラテン、それぞれの部門で大会があり、一般だけでなく、ジュニア（12～15歳）やユース（16～18歳）など、年代ごとの大会も開催されています。スタンダードなら優雅さ、ラテンは激しさなどを表現し、そこに個性や美しさが端的に表れれば、審判員や観客の目を引くことができます。

ユース年代の国内ナンバーワンペア

大晶さんと咲菜さん（所属：ブルボン DST）は、全日本ユーススタンダード選手権で2013、15年に優勝しているユース年代の国内ナンバーワンペア。2013年のジュニア世界選手権では11位と健闘しました。今年7月に北九州市で開催されるユース世界選手権では、ファイナリスト（6位以内）を目指します。陽来里さんは同級生である久保力也君とのペアで今年初めて全国大会に出場し、いきなり優勝しました。

恐るべし、大西きょうだいの実力！それもそのはず、指導にあたる大紀さんと早織さんのご夫婦は大学時代にダンスを通じて出会い、学生チャンピオンになったペアなのです。現在は日本ダンススポーツ連盟の競技力向上A級指導員と競技力向上ジュニア指導員、日本体育協会コーチなどの資格を持ち、県内で強化普及に励んでいます。2人はダンスで多くのものを得たからこそ、子どもにもダンスを通じて学ぶことは多いと期待しています。

頭と体、コミュニケーション能力が磨かれる

大紀さんは「競技会ではたくさんのペアが一斉に踊るので、空間認識力が問われます。曲名は事前に明かされないの、臨機応変に踊らねばなりません。頭と体を使い、コミュニケーション能力も磨かれるスポーツ」と話します。また、ダンススポーツは生涯スポーツであり、年齢を重ねて生まれる味わいもあります。早織さんは「三世代が同じ趣味で盛り上がるができる。大会の後、応援に来た祖父母を交えての食事が何よりの楽しみ」とも。

いろんな魅力のあるダンススポーツ、大西きょうだいの活躍をきっかけに注目が集まりそうです。（文責 若林 朋子）



ユース年代では現在、日本トップクラスの大晶さん咲菜さんペア



大会の後は三世代でダンス談義を楽しむ



幼いころの大晶さんと咲菜さんを指導する早織さん

あなたにとっていい保険
総合保険代理店 E保険プランニング



株式会社 T.F.K 富山支店

URL <http://www.e-tfk.com/>

〒930-0953 富山県富山市秋吉 37-1 タカマツビル 2F TEL: 076-461-5181 FAX: 076-461-5182

平成30年(2018年)秋に、全国健康福祉祭 第31回大会が富山県で開催されます！

第31回全国健康福祉祭の開催について

「ねんりんピック」の愛称で親しまれている「全国健康福祉祭」は、60歳以上の方を中心として、あらゆる世代の人たちが楽しみ、交流を深めることができるスポーツと文化の祭典です。

厚生省創立50周年を記念して、昭和63年(1988年)に兵庫県で第1回大会が開催されて以来、毎年開催されています。

例年、スポーツ・文化交流大会には、全国から約1万人の選手・役員が参加します。その他開催期間中、生きがい・福祉に関する各種イベントも多数開催する予定です。多くの皆様のご参加をお待ちしています。



第28回やまぐち大会総合開会式

参加者・開催期間掲載(先催大会例)

- 選手・役員等約1万人、
延べ40～50万人参加(観客、イベント参加者等含む)
- 9月～11月の土曜日～火曜日の4日間

主な開催イベント(先催大会例)

- 健康づくり教室
- ニュースポーツ紹介、体験
- 健康フェア
- 美術展
- 地域文化伝承館
- 音楽文化祭 など

スポーツ・文化交流大会(先催大会例)

- スポーツ交流大会
卓球、テニス、ソフトテニス、ソフトボール、
ゲートボール、ペタンク、ゴルフ、マラソン、弓道、
剣道
- ふれあいスポーツ交流大会
グラウンド・ゴルフ、太極拳、ウォークラリー、サッカー、水泳、
ダンススポーツなど
- 文化交流大会
囲碁、将棋、健康マージャンなど



健康フェア



地域文化伝承館



卓球



サッカー



将棋

アスポとやまは
富山発のスポーツメディア

【トータルズ】
Truthを

発行・運営するNPO法人です。

アスポとやまの活動

- ① 活字・写真・映像・SNSを活用した新メディア「Truth」の発行・運営
- ② 教室・講演会などスポーツ振興につながるイベントの開催
- ③ スポーツ団体・選手の支援

富山のスポーツの真実を伝える。

平成28年度 富山県スポーツフェスタ 第25回富山県民スポーツ・レクリエーション祭

県スポーツフェスタ総合開会式

平成 28 年 5 月 8 日(日) 10:00 ~ 富山県総合体育センター 大アリーナ(観覧自由)

県民スポレク祭体験部門

総合開会式終了後 11:00 ~ 15:00 大アリーナ、中アリーナ、空港スポーツ緑地陸上競技場ほか
(申込不要、大・中アリーナ内履き、運動のできる服装、大アリーナは 11:30 ~)

会場配置図

大アリーナ

ユニカール

スポーツ
チャンバラ

トランポリン

キンボール
スポーツ

エアロビック

出入口

中アリーナ

- ・ラダーゲッター
- ・ペタボード
- ・空き缶積
- ・バルーンアート
- ・ペットボトル
ボウリング
- ・ロープワーク

フレッシュ
テニス

- ・武術太極拳
(長拳)
- ・ダンススポーツ

出入口

エントランスホール

景品交換所

健康相談

ビリヤード

屋内跳躍場

ディスコン

北側玄関

空港スポーツ緑地陸上競技場

ランニング教室

ディスクナイン

ディスクゴルフ

グラウンド・ゴルフ

ターゲット・
バードゴルフ

いろいろな種目を体験して
素敵な景品を
GETしよう!!

スタンプラリーあります



アクセス最高、北陸新幹線が真上から見える
富山駅に一番近いバンケットホール

富山地铁ホテル

ご会合・各種パーティ承ります。

ALCHEF アルシェフ

富山市桜町1-1-1 電鉄富山駅ビル「エスタ」11F TEL076-442-6611(代表)・076-442-8154(直通)

地域対抗部門・交流部門

中心会期 平成28年5月28日(土)・29日(日)

No	種 目 名	実施部門		開催期日	会 場 名	市町村	会場 (TEL)
		地域	交流				
1	グラウンド・ゴルフ	○	○	5月15日(日)	富山南総合公園 多目的広場	富山市	076-429-5695
2	ゲートボール		○	6月5日(日)	常願寺川公園 芝生スポーツひろば	立山町	076-463-2034
3	壮年サッカー		○	5月22日(日)・29日(日)	富山南総合公園 多目的広場	富山市	076-429-5695
4	ソフトバレーボール		○	5月29日(日)	山田総合体育センター	富山市	076-457-2557
5	女子ソフトボール		○	5月29日(日)・6月5日(日)(予備日)	常願寺川公園 野球ひろば	立山町	076-463-2034
6	ラージボール卓球	○	○	5月29日(日)	富山南総合公園 体育文化センター	富山市	076-429-5695
7	ターゲット・バードゴルフ		○	5月29日(日)	青野自然公園 ターゲット・バードゴルフ場	入善町	090-7084-1100
8	男女混合綱引		○	5月28日(土)	城端西部体育館	南砺市	0763-62-2701
9	年齢別テニス		○	5月28日(土)(予備)・5月29日(日)(予備)	岩瀬スポーツ公園 岩瀬テニスコート	富山市	076-438-4880
10	年齢別ソフトテニス		○	5月29日(日)・6月5日(日)(予備日)	岩瀬スポーツ公園 岩瀬テニスコート	富山市	076-438-4880
11	バウンドテニス		○	5月15日(日)	滑川市総合体育センター	滑川市	076-475-8580
12	壮年ボウリング		○	5月29日(日)	富山地铁ゴールデンボウル	富山市	076-431-2131
13	マスターズ陸上競技		○	5月1日(日)	高岡市営城光寺陸上競技場	高岡市	0766-44-6785
14	インディアカ		○	5月29日(日)	富山市2000年体育館	富山市	076-420-2000
15	フォークダンス		○	5月29日(日)	大島農村環境改善センター 多目的ホール	射水市	0766-52-8185
16	エアロビック		○	6月5日(日)	立山町中央体育センター	立山町	076-463-5077
17	トランポリン		○	5月14日(土)	富山県総合体育センター 中アリーナ	富山市	076-429-5455
18	サイクリング		○	6月5日(日)	富山県中央サイクリングセンター跡	富山市	090-9766-4824
19	ママさんバレーボール		○	5月15日(日)	富山県総合体育センター 大アリーナ	富山市	076-429-5455
20	ベタンク	○	○	5月15日(日)	五福公園 五福スポーツ広場	富山市	076-432-5271
21	ウォークラリー		○	5月29日(日)	富岩運河環水公園	富山市	076-444-6041
22	キャンプ		○	6月11日(土)	県民公園太閤山ランド いきいき広場	射水市	0766-56-6116
23	ビーチボール		○	5月29日(日)	八尾スポーツアリーナ	富山市	076-455-1222
24	ホステリング		○	6月4日(土)~5日(日)	割山森林公園 天湖森	富山市	076-485-2777
25	3B体操		○	6月12日(日)	富山県総合体育センター 大アリーナ	富山市	076-429-5455
26	フレッシュテニス	○	○	5月29日(日)	アルビス小杉総合体育センター 大・中アリーナ	射水市	0766-55-3000
27	パークゴルフ		○	5月29日(日)	富山新港元気の森公園	射水市	0766-86-8660
28	ダンススポーツ	○	○	6月12日(日)	婦中ふれあい館	富山市	076-465-3113
29	ドッジボール		○	5月29日(日)	県民公園太閤山ランド ふるさとパレス	射水市	0766-56-6116
30	エンジョイテニス		○	5月22日(日)	岩瀬スポーツ公園 岩瀬テニスコート	富山市	076-438-4880
31	武術太極拳		○	5月22日(日)	八尾スポーツアリーナ	富山市	076-455-1222
32	ビリヤード		○	5月29日(日)	フィレンツェネオ問屋店	富山市	076-451-6410
33	ウォーキング		○	6月5日(日)	富岩運河環水公園	富山市	076-444-6041
34	キンボールスポーツ		○	5月29日(日)	アイザックススポーツドーム	富山市	076-468-0971
35	ユニカール		○	5月29日(日)	新庄小学校	富山市	076-432-2773
36	スポーツチャンバラ		○	5月29日(日)	東富山体育館	富山市	076-438-7500
37	カローリング		○	5月14日(土)	富山県総合体育センター 大アリーナ	富山市	076-429-5455

2016年(平成28年)2月24日現在の予定です。

昭和11年開業以来の伝統あるお料理と心に残るおもてなしを。

 **富山電気ビルディング**

<http://www.denkibuil.com/> TEL 076-432-4111(代)

元気な暮らし



富山県生涯
スポーツ協議会

応援します!!

《富山県生涯スポーツ協議会》は、生涯スポーツの健全な普及振興、県民の健康・体力の保持増進、文化生活の向上をサポートしています。



いろいろなスポーツを楽しもう!!

★ 私たちの仲間 ★ 37グループ

- レクリエーション協会
- サイクリング協会
- ユースホステル協会
- フォークダンス連盟
- ゲートボール協会
- 綱引連盟
- キャンプ協会
- バウンドテニス協会
- ボウリング連盟
- ペタンク連盟
- インディアカ協会
- ソフトバレーボール連盟
- ビーチボール協会
- グラウンド・ゴルフ協会
- ウォーキング協会
- 卓球協会
- フレッシュテニス協会
- ダンススポーツ連盟
- シニアサッカー連盟
- カローリング協会
- ソフトテニス連盟
- ビリヤード協会
- ドッジボール協会
- トランポリン協会
- 武術太極拳連盟
- ソフトボール協会レディース・エルダー委員会
- スポーツチャンバラ協会
- ターゲット・バードゴルフ協会
- キンポールスポーツ連盟
- パークゴルフ協会連合会
- 日本3B体操協会県支部
- ユニカール協会
- エアロビック連盟
- 富山マスターズ陸上競技連盟
- 日本女子テニス連盟県支部
- ママさんバレーボール連盟
- テニス協会グレードテニス連盟



< 富山県生涯スポーツ協議会 >

〒930-0887 富山市五福5区1942 アオイスportsハウス内
(TEL) 076-431-2088 (FAX) 076-431-2105
(E-mail) life-spo@pf.ctt.ne.jp

お気軽に
お問合わせ
下さい!!

編集後記

平成28年度の日程もようやく決まり5月8日(日)開催の富山県スポーツフェスタ総合開会式の内容を中心に編集を終えました。

また大好評で終了した富山マラソン2015も今年度、第2回が10月30日(日)に開催決定となり、さらなる盛り上がり期待したいです。(広報委員 池田 雅計)



気軽にスポーツが楽しめる地域社会づくりをサポートしています。

株式会社 **なかに印刷**

〒939-2741 富山市婦中町中名 1554-23
TEL (076) 465-2341 (代) FAX (076) 465-2340
URL <http://www.nakatani-p.co.jp>