



# 総合型地域スポーツクラブ 訪問日記【12月号】

クラブ名	佐山コミュニティ スポーツクラブ	訪問日	12月4日	訪問者	岡村 睦美
訪問詳細	<p>今回は、山口市佐山地区で活動している佐山コミュニティスポーツクラブの「三世代ふれあいボウリング大会」の視察へ伺いました。ボウリングは、子どもから高齢者まで気軽に楽しむことができます。激しい運動というイメージはありませんが、実は結構な運動量があり、生活習慣病などにも効果があるとされています。また、ストライクやスペアをとると、ハイタッチや拍手をしてみんなで喜ぶ姿は良い光景ですね。</p> <p>この3世代ふれあいボウリング大会は、同じ地区のシニアクラブと一緒に開催しています。このように他団体と連携することで、活動の幅が広がり、クラブ活動の活性化や地域の活性化につながっていくのではないのでしょうか。</p>				

クラブ名	田布施ふれあい スポーツクラブ	訪問日	11月23日	訪問者	宮田 大樹
訪問詳細	<p>今回は、田布施ふれあいスポーツクラブ主催の「キッズスポーツ教室」の視察に伺いました。光市の山口県スポーツ交流村職員の三浦宏次郎氏を講師に招き、走運動、ラダーレーニングを中心とした内容で、参加した子どもたちは、慣れない動きに苦戦しながらも楽しく運動している様子でした。田布施ふれあいスポーツクラブは4月に設立されたばかりのクラブで、陸上教室を中心に活動しているクラブです。これまで陸上教室を数回実施してきましたが、参加数が思うように伸びませんでした。そこで今回は、種目に特化せずにキッズスポーツ教室として開催したところ、これまでの倍以上の参加数になりました。</p> <p>このように、内容だけでなくネーミングを工夫するだけでも参加数の増加につながる可能性があります。地域住民のニーズに合わせ、工夫を凝らした事業展開をすることで、ますます地域に根差したクラブとして発展していくのではないのでしょうか。</p>				

## ☆レッツ！オリ・パラ☆



2020年  
東京オリンピックまで

**1312**日

※平成28年12月20日現在

ボート競技は、北欧の海賊による腕試しレースが起源といわれ、ボートレースに適した湖沼が多く存在するヨーロッパを中心に普及しました。水上でボートに乗って、ある一定の距離をオールを使って漕ぎ順位を競います。ルールは単純ですが、自然条件・天候などに左右されやすく奥が深い競技です。オリンピックでは、男子は1900年のパリ大会から、女子は1974年のモントリオール大会から採用されています。

大きいオールを一人一本持って漕ぐスウィープと、小さいオールを一人二本持って漕ぐスカルの種別があり、レースは2000mの速さを競うのが基本です。艇をいかに速く進めるかの戦略を立て、漕ぎやすくなるような艇を準備することはもちろん、動きの早さや力強さ、勝負にこだわる荒々しさが見て取れるのが魅力のひとつとも言えます。また、8人の漕手と1人の舵手が乗るエイト種目では、漕ぎ手の一体感のあるパフォーマンスが見どころです。各艇が息の合った美しいフォームで、水上を滑るように進む様子は練習の賜物で、圧巻です。