

体操



▲「体を動かすと気持ちいいですよ！」と大月さん（前列右）

生活に張りがでます

中央公民館で毎週1回「健康体操教室」が開かれています。健康体操とはその名の通り、健康維持を目的にしたもので、年齢に関係なく誰でも気軽に行えるスポーツです。ストレッチを多く取り入れ、日頃使わない筋肉をゆっくりと伸ばしていきます。

指導員の大月綾子さんは「教室で指導することで心と体にいい意味での緊張感が生まれ、日々の生活にも張りがでます。指導員という立場上、大変なことももちろんありますが、体操をする楽しさがそれを忘れさせてくれます。今年は高齢者の生徒さんが無理なく、楽しくできる運動法を勉強して実践していきたいと考えています」と笑顔で語ってくださいました。

卓球

「松小卓球クラブ」は今年設立21年を迎える長寿クラブ。練習日にはこの日を待ちかねて部員の皆さんが集まっています。現在の部員数は男女合わせて32人。旅行に行ったり、新

ずっと続けますよ

年会を開いたり部員同士の親睦を大事にしながら、卓球を楽しんでいます。内藤節雄さんは現在76才。12年前、広報紙で知り入部しました。若々しいフォームでラケットを握る内藤さんですが、最初は体力がついていかず、ちよつと練習しては休憩していたそうです。今では週2回の練習に何をおいても参加するほどタフになりました。麻田實さんは15年ほど前、知



▲スマッシュをきめる内藤さん（左）と麻田さん（右）

人に誘われて入部。「スマッシュがきまった時これが一番。ずっと続けられるのが卓球のいいところです。これからもがんばりますよ」と意欲満々です。

スポーツ大好き 今年もフアイト！

皆さんは何かスポーツをされていますか。町では様々なスポーツ団体が体育協会に所属し、町内の施設を利用して活発に活動しています。健康づくり、競技力の向上のため、また指導者として選手を育てていく喜びなど、人それぞれ目的は違っていますが、スポーツに懸命に取り組む姿勢は皆同じです。

今年最初の特派員報告は、生活の中にスポーツを取り入れ、がんばっている人達の姿をお届けします。

今年で設立31周年を迎える体育協会は、行政や地域と連携して町民のスポーツ活動を支援しています。協会では「町民が生涯を通してスポーツに親しみ、実践できる体制を整えること。青少年スポーツの育成と活動を強化し、心身ともに健全な発展を目指すこと。競技力を向上させること」を基本方針としています。現在115団体、3109人（大人1435人、子ども1674人）が協会に所属しています。各団体は独自に活動を行っていますがいながわス

「猪名川町から世界的な選手を」
三井一彦さんのお話
ストレスの多い現代において、スポーツはストレス解消法のひとつです。一人ひとりの自分の体力に合ったスポーツをすることは、とても大切なことです。うれしいことに、最近では猪名川町からも全

特派員報告

いながわ



鎌屋 郁子



松永 ひさみ

ボート祭」「彫刻の道マラソン大会」など、協会主催の催しが年2回行われ、日頃顔を会わせることがない団体の交流も図られています。何かスポーツをしてみたいけれど、どこに行けばいいのかわからないという人は、体育協会事務局（スポーツセンター内 768・2277）に問い合わせください。



国大会に出場する選手、団体が出てきました。将来的には世界レベルの選手が出てくれると夢を描いています。子ども達のがんばりに大いに期待しています。一人でも多くの人がスポーツに親しみ、楽しんでもらいたいと願っています。

レスリング

勝って涙を流してほしい

「レスリングは紀元前から続いた歴史のあるスポーツ、子ども達に誇りを持ってやってほしい」と語るのは松本篤弘さん。小学生を対象にした「猪名川レスリングクラブ」のコーチです。このクラブは、平成18年開催予定の「のじぎく兵庫国体」で町がレスリングの開催地に決まったことから、レスリング競技を広く町民に理解してもらおうと3年前に設立されました。現在、男女合計29人のちびっこレスラー達が、一生懸命練習に取り組んでいます。

コーチ陣は国体出場、世界選手権日本代表など輝かしい経歴を持つ人も多く、松本さんも2回の国体出場の経験があります。クラブは平成14年全国大会において入賞者を出すなど早くもその成果が実りつつあります。松本さんはレスリングを教育だと考えています。「子どもは学校や家庭以外の大人からも怒られたりほめられたりすることが大事。子ども達に試合に勝って嬉し涙を流してほしいし、負けてもやはり流してほしいです」と、熱い思いを語られました。

技の指導をする松本コーチ



バドミントン

力いっぱい、元気いっぱい

シャトルをたたく音が体育館に響きます。元気にラケットを振っているのは「ひよどりジュニアバドミントンクラブ」の小学生達。黒石澄子さんと田村登志子さんが二人三脚で指導にあたっています。

学生時代、大学の関西リーグで活躍した2人は、ママさんバドミントンで再会。ダブルスを組み多くの試合に出場、充実した時を過ごしました。そして15年前、子ども達にもバドミントンを楽しんでもほしいと、クラブを設立。この9年間、ほぼ毎年全国大会出場を果たしてきました。そんな強豪チームの練習風景は意外なほどなごやか。終止穏やかな表情の2人は「強い先輩達を見て後輩が育っていきます。毎年新しい子どもが入ってきて、いつも新鮮な気持ちでいられます。今年も力いっぱい、元気いっぱいがんばりますよ」と抱負を語っておられました。



▲「全国大会目指して、今年もがんばるぞ！」
コーチの田村さん（左）と黒石さん（右）

編集後記



あけましておめでとうございます。今年も皆さんに楽しく読んでいただけるよう、努力したいと思えます。よろしくお願いたします。新年を迎えるにあたり、誰もが願うのが一年の無事と健康ではないでしょうか。今回

は、町内のスポーツマンの方々に、いきいきと健康に一年を過ごすヒントをいただきました。今年もいい年でありますように。

【いながわ特派員】

