

なかま

発行日 令和5年9月

発行 広島市中区スポーツ

推進委員協議会

責任者

会長 天野 直 樹

編集 広報 部



気さくな原紺館長

中區に異動してきて周辺のランニングコースが充実していることを再発見し、久しぶりに走り始めて、何とかランニングイベントに参加しようと密かに計画しております。

▼中區スポーツセンター館長の原紺（はらこん）です。今年の4月に安佐南区スポーツセンターから異動してきました。

Q自己紹介とスタッフの紹介をお願いします。

今年度より中區スポーツセンターの館長に就任された原紺館長にお話をお聞きしました。

中區スポーツセンター 原紺館長インタビュー 「新しい吉島屋内プールに来てください」



新しく開館する吉島プール

▼スタッフは森本主任、横山コーディネーター、檜垣コーディネーターが昨年度に引き続き、体育主事に藤田体育主事から新任の鳥越体育主事が就任しております。

Q改修工事の状況について教えてください。

▼中區スポーツセンターは、現在リニューアル工事中で、館内の空調の改修、大・小体育室の耐震改修工事を行っています。来年1

月の開館に向け準備中ですので、もうしばらくお待ちください。

Q吉島屋内プールは建替えますね？

▼現在の吉島屋内プールは8月末に45年間の営業を終え、新プールは中工場（広島市ごみ処理施設）のすぐそばに建設中で9月30日に開館予定です。

新しいプールの主な特徴は3つあります。

一つ目は、可動床を備えており、床を上下して、子供たちの身長やレベルに合わせて水深を変えて安全安心に泳ぐことができます。

二つ目は、幼児用プールが新設され、3歳以上の未就学児もプールの利用が可能になります。

三つ目は、歩行専用プールです。高齢者の方でも安心して水中ウォーキングが可能になります。

これらにより、子供から高齢者まで使いやすい、新しいプールとして生まれ変わりますので、多くの皆様の利用をお待ちしております。

Q今後の抱負など

▼中區の基町地区では来年2月にサッカースタジアムが供用開始予定であるなど、新たなにぎわい施設もできます。

中區スポーツ推進委員協議会の皆さまには、様々な事業運営に参画いただいておりますが、今後も連携を一層深め、地域の実情に合わせたスポーツの振興に向けて一緒に汗を流していきたいと思っております。



スポーツセンターの原紺館長、ありがとうございました。



ソフトボール

千田公園グラウンド



バレーボール

マエダハウジング 東区スポーツセンター
(大体育室)



バドミントン

江波中学校体育館



ペタンク

江波中学校グラウンド



卓球

マエダハウジング 東区スポーツセンター
(小体育室)



グラウンド・ゴルフ

吉島中学校グラウンド

第44回

笑顔あふれた 広島市中区民スポーツ大会

令和5年6月4日開催

6月4日(日)第44回広島市中区民スポーツ大会が開催され、
好天のもと、各会場で全10競技の熱戦が繰り広げられました。

上位入賞チームは中区代表として、令和5年10月8日(日)に
開催される、第29回広島市スポーツ・レクリエーションフェス
ティバルに出場する予定です。



薬師地中区长による始球式



区民スポーツ大会本部



ソフトテニス

広島翔洋テニスコート(広島市中央庭球場)



ソフトバレーボール

幟町中学校体育館



剣道

国泰寺中学校体育館



ユニカール

吉島体育館

第44回 広島市中区民スポーツ大会競技結果 (令和5年6月4日実施)

種目	優勝	準優勝	第3位	
ソフトボール	吉島東	舟入	江波	幟町
バレーボール	広島瀬	江波	基町	神崎
卓球	江波	吉島東	白島	舟入
ソフトテニス	吉島東	中島	竹屋	基町
バドミントン	江波	舟入	吉島東	白島
グラウンド・ゴルフ	神崎	吉島	白島	吉島東(4位)
ソフトバレーボール	竹屋	舟入	江波B	幟町
ペタンク	舟入B	基町A	中島B	神崎B
剣道	千田A	江波A	幟町A	幟町B
ユニカール	中島A	基町B	舟入A	吉島A

令和5年度 伝達講習会開催

令和5年7月23日 吉島体育館

令和5年7月23日(日) 吉島体育館にて、スポーツ推進委員のリーダー研修会の伝達講習会が開催されました。



研修会の講師は、6月11日に湯来体育館で開催されたリーダー研修会でしっかりと学んだ中区研修部3名の皆さんです。

第一部 ラジオ体操

第一部のテーマは、「ラジオ体操」。ラジオ体操の

ひとつひとつの体の動かし方を、その歴史やエピソードを織り交ぜながら、約30分にわたって確認しました。動作を確認した後は実践です。最近話題の「ラジオ体操広島弁」の音楽に合わせて行いました。



参加者の感想
各動作のポイントが聞けて、動くときにどこを意

識したら良いか分かりました。
講師の指導が非常に分かり易く、素晴らしいかったです。

身近なラジオ体操の奥深さを改めて感じました。
毎日体操をしているにも関わらず、勉強になりました。

第二部 デュアルタスク体験会

第二部は「デュアルタスク体験会」日本語に直すと2つ以上のことを同時に行うこと。加齢とともに低下する処理能力を呼び覚ます



ステップ+手拍子
足踏みしながら4の倍数で手を叩く「1.2.3.パチ.5.6.7.パチ...」前にステップ! 3の倍数!とどんどん難しくなります



トントンスリスリ
左膝をトントン、右膝をスリスリ。はい、反対で!
リズム能力、変換能力、反応能力を使います。

運動です。介護予防系(転倒予防、認知症予防) 競技のトントンスリスリや指折り、コーディネーション能力向上系競技のボール遊びやリアクションパスなど多彩な競技を次々体験しました。

研修会場を3つに分割、各々のスペースでは研修部のリーダーの指導が過熱し、次第に参加者も本気モードになっていきます。
次々と新しい挑戦を続けるうちに、頭も体もリフレッシュした研修になりました。



リアクションパス2
2人で向き合って同時にボールを投げ合います。一人は相手に、相手は真上に? え!
2人の呼吸がばっちり合えばできるんです。

参加者の感想
いろいろな動作があり、楽しく体験できました。地区でのスポーツ大会の際、試合前にやればコミュニケーションも取れる気がします。

難しかったです、うまくできなくても脳が刺激されて有意義だと聞き、救われた気分になりました。
思うようにできず脳が大混乱しました。持ち帰って家族とやってみます(笑)

中区スポーツ推進委員 第1回研修会

とき 令和5年7月23日
場所 吉島体育館

令和5年7月23日（日）、吉島体育館にて、中区スポーツ推進委員第1回研修会が開催されました。

今年度は新型コロナウイルスに感染症5類が適用され、その影響もほぼ収束した中で、多くの推進委員が参加して研修を行いました。

今年の研修テーマはワンバウンドふらばくるボールバレー。参加メンバーが4チームに分かれ、実戦的な試合形式で進められました。

基本的なルールはバレーボールとほぼ同じですが、いざ試合になるとワンバウンドレシーブを忘れたり、2回トスしたりと、ミスの連続。

さらにはバウンドしたおむすび型のボールが予測できない不確実性で、終始笑い声が絶えない楽しい研修となりました。学区でもぜひチャレンジしてみてください。



ルール説明に真剣に耳を傾ける推進委員

予測不可能な変形ボールとワンバウンドルールに
スポーツ経験豊富なメンバー也大苦戦!



原紺新館長にご紹介いただいた新吉島屋内プールやスポーツセンターなど、中区のスポーツ施設はますます充実してきました。これらの施設を十分に活用し、地域を盛り上げて行きたいと思っています。引き続きのご支援をよろしくお願いいたします。

編集後記



ボール	コート	ネット	チーム	サーブ	サーブ レシーブ	以降の レシーブ	得点	ネット
おむすび型ビーチボール	バドミントンダブルス用	ソフトバレーボールと同じ高さ20m	6〜8名(コート内5名)	後列中央の選手がアンダーハンドで行う(1回のみ)	ノーバウンドで3回以内に返す。(3人で)	必ずワンバウンドでレシーブし3回以内に返す。	21点先取ラリーポイント制	あと1回のプレーが可能