

☆ SAEKI

第52号

令和7年(2025年)
9月発行

佐伯区スポーツ推進委員協議会
会長 埜田 栄樹

五日市中央

五日市

五日市東

五日市南

楽々園

藤の木

彩が丘

湯来



体育館に入ってみると緑色の特殊なカーペットが8枚敷いてあり、カーリングのストーンみたいなものが各6個ずつ置いてありまして。早速練習してみると、力加減が難しく力み過ぎるとすぐ場外になるし、まっすぐ投げたつもりが思った方向に

第33回広島市ユニカール交流大会が行われました。佐伯区スポーツ推進委員はユニカール経験者の安畑さん、未経験者の谷増さんと私の3名で、チーム『べらぼう』で参加してきました。ユニカールについて周囲の方に聞いてみると、『カーリングを陸上でやる感じよ』『鍋の蓋みたいな物を投げるんよ』とのことでした。何だか楽しそうで、すぐできそうと思いました。

ユニカール体験記

令和7年7月13日(日)
吉島体育館

五日市学区 藤井 久美



惨敗でした。最終戦はチーム『吉島GG250』。私たちよりかなり先輩で、ユニカールにまだ慣れていないと話されていました。日頃はグラウンドゴルフ仲間でした。コース読みは上手でしたが、私たちもス

いかなしいし、そして重い…想像とは違いました。

午前中は各レーンで4チーム総当たり戦で3試合行い、上位2チームは決勝トーナメント進出となります。1試合目の対戦相手は『千田体協』。投げ方もスムーズでなれているようです。私たちは味方のストーンを弾き出したり、本来滑らせて使うストーンを縦回転させ、爆笑はとりましたが試合は負けました。2試合目の対戦相手は島根県浜田市から参加のチーム『どんちっちD』。お揃いのユニフォーム、投げるフォームもカッコいい。1投目のストーンは必ずサークル前に置き、相手ストーンを確実にに弾き出すコントロールで

ムもカッコいい。1投目のストーンは必ずサークル前に置き、相手ストーンを確実にに弾き出すコントロールで



場できませんでしたが、3位4位のフレンドリートーナメントに参加しました。参加することに重きを置いた即席チームでは勝てる訳がなく、サラリと負けてしまいました。

今回ユニカールを体験してルールはさほど難しくなく、チームで作戦を練るのも楽しくてあつと言う間に時間が過ぎました。そして、モルック同様、年齢に関係なくできる楽しい軽スポーツだと感じました。また機会があればぜひ参加したいです。

私たちは少し恥ずかしくなり、午後の決勝トーナメントはもちろん出

トーナの扱いになれてきて真剣に臨み、白熱した試合(自分はそう感じた)となり、夢の1勝を勝ちとることができました。うれしさのあまり記念写真を撮ってしまいました。しかし後でわかったことですが、『吉島GG250』は、3人の合計年齢で、最高年齢は86歳だったことを知り、必死になつて勝ちにこだわり大喜びしていた私たちは少し恥ずかしくなりました。

佐伯区スポーツセンターまつり

令和7年6月1日(日)

佐伯区スポーツセンター

五日市東学区 三代 秀和



『スラックライン』『大ダルマ落とし』『ストラックアウト』の各体験コーナーに分かれ、補助員として運営に協力をさせていただきました。

そのほかにも、『卓

球』『バドミントン』『ソフトバレーボール』といった競技や、遊び広場での『けん玉』『なわとび』『フラフープ』など全14種目のコーナーがあり、それを巡るスタン



昨年1月から行われていた耐震工事が無事に完了し、2年ぶりに「佐伯区スポーツセンターまつり」が開催されました。スポーツ推進委員34名は、大体育室に設けられた『トランポリン』『インドアモルック』



開催されました。私が担当した『トランポリン』では、推進委員がトランポリンの周囲につき、体験者が落ち

下しないよう安全に配慮しながら見守りを行いました。幼児から大人まで、さらには親子で一緒に楽しむ姿も見られ、幅広い年代の方々に参加いただきました。トランポリンで跳びはねる楽しさに魅了され、何度も列に並ぶ子どもさんも多く、なか

には技に挑戦する子どももいました。ある子どもに「8回目なんよ!」と声をかけられ、大変驚いたと同時に、トランポリンがとても気に入ったのだと感じました。大人気だったトランポリン体験は、終日にわたり人の列が絶えることなく、大盛況でした。

そのほか『和太鼓の演舞』『歌謡曲』『お笑い』『ダンスパフォーマン』といった多彩なイベントも行われ、飲食ブースも立ち並ぶなど、終日にわたり大いにぎわいました。



後でいずれのコーナーも大好評であったと聞き、あらためてスポーツには子どもたちの好奇心を引きつける魅力があると感じました。無事に体験会が終了したときは、ほっと一安心し、安堵の気持ちでいっぱいでした。



トランポリンについて紹介します

トランポリンの起源は19世紀、サーカスでアクロバットの安全用具として使われていたセーフティネットに由来するとされています。現代のトランポリンは、アメリカ人のジョージ・ニッセンによって1930年代に発明されました。名称は、スペイン語で「跳び板」を意味する "trampolin" (トランポリン) に由来しています。当初は軍事訓練やサーカス、遊具として活用されていましたが、現在では正式なスポーツ競技として発展し、2000年のシドニーオリンピックからはオリンピック正式種目にもなっています。

佐伯区上期実技研修会

令和7年6月16日(月)
八幡小学校体育館

五日市東学区 正木 数人

ファミリーバドミントンの実技研修会が開催されました。



通常のバドミントンコートで、ウレタンスポンジボールが頭についているシャトルを使用し、スマッシュは禁止の競技で、前衛1人、後衛2人の3対3で対戦します。サーブは後衛右側から対角線の相手コートに入れて試合開始です。動ける範囲は守備、攻撃にかかわらず後衛は自分のライン内、前衛はすべてのコート内です。スピードがあまり出ないので、初めての人もラリーが続く楽しいスポーツだと思います。しかし、競技ルールに厳密に従えば難易度が高くなります。

- サーブ時に足を床から離さない
- 後衛の人はサーブスラインを踏んでも超えてもダメ
- シャトルは2回以内で相手コートに返す(シャトルに触れられる

のは一人1回)

●ラリー中のスマッシュは禁止!

3人が息を合わせて守備・攻撃とも声を掛け合い、戦略を立てて試合に臨めば奥深い競技にも思えます。楽しかったです!

五日市学区 西川 雄一

私は小学生の時、市のバドミントン大会で優勝した経験がありました。しかしファミリーバドミントンは別物でした!コートの中に3人入り、ラケットのシャフトが短く、羽にスポンジボールが付いているためスピードが出にくく、スマッシュが禁止なのでいかにラリーを続けるかが重要なポイントではないかと思いました。実際に競技をしてみると、3人のチームワークがすごく大切で、とにかく相手コートの真ん中に打ち返すことができれば勝機が訪れる、非常に頭を使った刺激のある競技でした。この研修会で学んだことを学区に持ち帰り、地域の皆さんに体験していただくかと考えています。



八幡東学区 浪速 実

私はバドミントン経験者で、普段から日常的に練習しているので、ファミリーバドミントンは比較的容易にプレーできるのではないかと思います。しかし最初にデモンストレーションでコートに入り、普段通り一打目のサーブを軽く打つと、シャトルがウレタンスポンジ素材のせいかネットすら超えない状況。逆に強めに打つとサーブスラインを超えしまうありさま。なんとも打球感が掴めず、なれるまでに少し時間がかかりました(笑)。時間が経つと



したラリーが続きました。スマッシュは禁止なのでコースをつくというよりは相手のミス待ちで得点をするこ
とが多かったと思います。
老若男女が楽しめ、風の
影響も受けないので屋外
でも楽しめる、バレーボー
ルとバドミントンを融合
したようなニュースポー
ツだなと感じました。



佐伯区伝達講習会

令和7年7月21日(月)
佐伯区スポーツセンター

ウォーキングホッケーの伝達講習を行いました。
ルールは非常にアバウトで大きく3つ

- (1) 走らない
- (2) スティックを振りあげない
- (3) 笑顔を絶やさない

またコートの大きさや人数にも制限はありません。
これがウォーキングホッケーの特徴です。

佐伯区では広島市のリーダー研修会での内容を踏まえて、より分かりやすく楽しく受講してもらうために、伝達内容に少し工夫を加え実施しました。

まず最初に楽しくウォーミングアップで体をほぐし、スティックを使ってドリブルやパス回しを取り入れ、試合では進行をスムーズに行うために審判も付けました。

これにより試合では走ったりスティックを振りあげたりということが少なく、楽しく充実した講習会ができたのではないかと思います。



【楽しくウォーミングアップ 月〜月】



【盛り上がる白熱したゲーム!!】

新任 スポーツ推進委員紹介

- ①氏名
- ②学区名
- ③抱負



①河本 久恵
(こうもと ひさえ)

②五日市観音西
③スポーツ推進委員として、まずは自分自身がさまざまなスポーツを体験し、楽しむことから始めたいと思います。
無理なく、少しずつ地域の方々と交流しながら、スポーツの楽しさを共有できるように頑張りますので、宜しくお願いします。



①佐々木 康夫
(ささき やすお)

②五日市観音
③『佐々木』は多いので気軽に『やすお』と呼んでください。
体を動かすことは好きなので、地域の皆さまと楽しみなが健康な体作りのきっかけを一つでも作れるよう活動できたら良いかなと思います。
まだ、何も分からないので温かい目でご指導宜しくお願いします。

編集後記

大谷選手に招聘された訳ではないが、昔々淳子ちゃんに『きてえきてえサントモニカ』と呼ばれていたのを思い出し、次のオリンピック開催の地ロサンゼルスを訪ねてみました。
カリフォルニアの青い空の下、ドジャースの試合も観戦しました。
野球に限らずその国のスポーツの強さは競技人口と相関があるはず。
私たちスポーツ推進委員の日々の活動も、スポーツを楽しむ人の裾野を広げることに貢献できよう邁進したいものです。

(N.O)

長い間お疲れ様でした

・藤の木学区 来栖 浩司 さん
・五日市観音学区 前川 忍 さん



①佐々木 正有
(ささき まさなり)

②藤の木
③皆さま今年度から佐伯区スポーツ推進委員を勤めさせていただきます、よろしくお願ひします。
私は、今までこのような組織に入ったことが無く全において初めての経験で戸惑うことだらけですが推進委員の皆さんがとても親切で楽しい方ばかりなので楽しく活動させていただいています。1日も早くほかの推進委員さんと一緒に広島のスーツ活動を盛り上げていけるように頑張ります。