

伝統あるゴルフ場で楽しむ

→大人も子どもも皆で楽しめる



当日は梅雨前線の影響により、雨の確率が非常に高く、開催が危ぶまれましたが、参加者

初めての体験 芝生の柔らかさに驚く

去る令和六年七月二十八日、仙塩ゴルフ倶楽部・浦霞コースにて塩金市体育協会主催のスナッグゴ

スナッグ
ゴルフ大会

ルフ大会が開催され、参加者三十五名は本物のゴルフコースを使ったイベントで大いに楽しみました。

やスタッフの折りが届いたのか、天気は持ちこたえてくれました。
今回、ゴルフの入門として静かなブームを巻き起こしている「スナッグゴルフ」を、仙塩ゴルフ倶楽部と連携し、本物のグリーンを使って楽しみました。
参加者の多くは、ゴルフ場に足を踏み入れたことがないばかり。グリーンの広さと芝生のフワフワさに驚きを隠せない様子。ゴルフ場スタッフより利用上のルールの説明を受けた後、スナッグゴルフの試し打ちから始めました。

体協スポーツニュース スポーツ広報委員会

2024年
10月号
Vol. 73

→我が子には負けれない



ゴルフとの大きな違いは、ボールをホールにいれることでホ

ゴルフとの違い



←何事も練習から

練習が終わったらいよいよコースへ出発です。初めは力の加減が上手くいかず、あちこちに

いざコースへ
出発!

ールアウトになるのではなく、周りが面ファスナーで出来ている「スナッグフラッグ」にボールがくっついていたらホールアウトとなることです。そのため、ボールにはテニスボールのような素材を使用。また、クラブも二種類しかなく、ヘッドも大きいので打ちやすいことも初心者に優しいスポーツといえるでしょう。

ボールが飛んでしまいう方も多くいましたが、しだいにショットが安定してくるようになります。
特に未経験者のお母さんや子ども達の適応力には目覚ましいものがありました。ゴルフ経験者は経験者であるが故に、いつもと勝手が違う道具に悪戦苦闘している様子でした。

〈スナッグゴルフとは〉

Starting New At Golf

「ゴルフを始めるために」という意味の頭文字をとった造語。老若男女関係なく、ボールを簡単に打つことができ、場所を選ばず安全にプレーできるスポーツです。

ゴルフのホールとは違い、表面が面ファスナー素材で覆われている「スナッグフラッグ」にボールをくっつけることでホール終了となります。



激動の時代を経て

〈仙塩ゴルフ倶楽部浦霞コース〉

昭和10年(1935年)に開場した東北最古のゴルフ場。

戦時中にゴルフ場の設備全てが強制買上げされたり、戦後は進駐してきた米軍のレクリエーション施設として接収されるなど激動の時代を歩んで今に至る。

めざせ!

プロゴルファー!

ゴルフ場を使った初めての事業。キャンセル待ちが出るほどの申し込みを頂きました。二回目を八月に予定していましたが、台風の影響で中止となりましたが、台風の影響でゴルフに興味を持ちはじめたきつかけづくりとして開催した、スナッグゴルフ。子ども達の可能性を広げてみませんか?



↑上手に打てるかな?

←父の腕前を見よ

体験会と講座で魅力を知る

《ポッチャ体験会＆ボランティア講座》

処暑も過ぎ、少しずつ秋の気配が感じられるようになってきた八月二十四日。

「ポッチャ体験会＆ボランティア講座」が塩釜ガス体育館第二競技場で開催されました。ポッチャ体験会の講師に宮城県障害者スポーツ協会の豊指（たみさし）祐樹氏を。ボランティア講座の講師には、スポーツソシオのおがま委員の森信之氏を。今回はこの御二方に学びました。

さて、皆さんはポッチャをご存知ですか？

ポッチャは一九八八年のソウルパラ五輪から正式種目として採用され、老若男女、障がいのあるなしにか



→実際にジャックボールめがけてボールを投げます

＜ポッチャとは＞

年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず、全ての人と一緒に競い合えるヨーロッパ発祥のスポーツです。重度脳性麻痺者、同程度の四肢重度障がい者の為に考えられ、パラリンピックの正式種目にもなっています。

かわらず、プレイできる利点から徐々に競技人口も増え、今や各地で盛んに大会が開催されるようになりまし

ボールは大人の手に収まるくらいの大さき。重さは二八七gと二六三gの間で、持つと少し重く感じます。これを白い目標



球に向かって投げ、いかに近づけるかを競います。

参加者たちも実際に投げてみましたが、難しい様子。「ボール好きだったのに思い通りにいかずショック」という感想もありました。

その後に行われたボランティア講座では、ボランティアをする時の心構えを聴きました。



↑縫い目で転がり方も変わるそうです

ボランティアをする時は、積極的に話しかけて、相手とコミュニケーションをとり、お互いが楽しむことが大事なのだそう

ボランティアと奉仕はイコールではなく、お互いが楽しめば、結果としてイベント自体も盛り上がるという、楽しさのスパイラルが出来る

とのこと。さあ、そのあなた！ポッチャやボランティアでハリーのある生活をしませんか？



→一輪になってコミュニケーションから



総合型地域スポーツ スポーツソシオしおがま



積極的に学ぶ姿勢 頼もしく映る

《傷害予防講座》

成長期のスポーツ傷害や予防、そして食事の大切さを学ぶことを目的とした「傷害予防講座」が九月七日（土）塩釜ガス体育館研修室で行われました。

講師は仁接骨院院長の柴田匡一郎先生と株式会社明治から管理栄養士の太田彩香先生。

柴田先生には「成長期スポーツ・ケガ防止の豆知識」を、太田先生には「成長期における食事の大切さ」を講義していただきました。対象者は子どもとその保護者・指導者などで、現在スポーツにかかわる四〇名が参加しました。

スポーツにケガはつきものですが、そのケガは外傷（一回の外力による怪我）なのか、障害（反復するストレスによる発症）なのかを知ることが大事で

話されました。講座を受けた参加



ひねると痛みはあるかな？

す。それを知ることができれば、指導者と選手間で練習内容の確認や量の調整ができ、予防に繋がる

とのこと。また食事については、運動すると、より多くの栄養が必要になること

や、小中学生の時に骨密度が一番増える為、タンパク質やカルシウムの取り方が重要なということ

話を聞きました。



→成長期に大事な栄養の話です

Q：プロテインを飲むとき、牛乳や水以外で飲み易いものはあるの？
A：アーモンドミルクや豆乳も美味しいですし、ヨーグルトに入れるのもアリですよ



株式会社 明治
管理栄養士
太田彩香先生より

教えて (>_<) 先生！

Q：突き指や捻挫を防ぐためには、どんな対策をとった方がいいの？
A：テーピングの一言に尽きますが、いざという時に対応できるように体の機能を整えておくのが大事です

仁接骨院 院長 柴田匡一郎先生より

↓株式会社明治より、スポーツジュニアの食事サポートレシピ紹介↓
<https://www.meiji.co.jp/meiji-shokuiku/special/sports2017/>

→参加者の様子、皆さん真剣です

ニュースポーツ用品を紹介

体育館にはたくさんのニュースポーツ用品があり、借用申請すると誰でも借りることができます。今回は2点紹介します。行事で何をしようか考えているそこのあなた！是非！お問い合わせください！

タグラグビー



腰につけた2本のタグを取り合うゲームです。幅広い年齢層が一緒に遊ぶことができます。

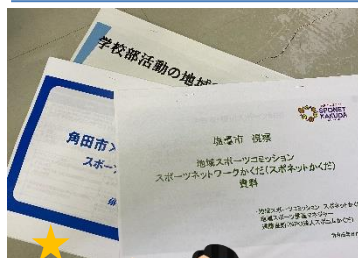
おそとでムカデ



2人1組で遊べます。足首を固定せず、スリッパのように履くだけ！転んでも簡単に脱げるので怪我をし難くなりました。

塩釜市体育協会ではたくさん
の教室や事業をおとして、
市民の皆様の健康維持をサポ
ートしています。そのため
は常に情報をアップデートし
ておくことが大切です。
当協会では、他の市町村と
互いに行き来し、情報交換を
して、どのような活動をして
いるのか、それに伴ってどの
ような結果を生んでいるのか
を学んでいます。
八月二十一日は角田市へ視
察に行き「部活動の地域移行
について」と「地域スポーツ
コミッション関係について」
を伺ってきました。
角田市では部活動地域移行
の為に生徒や保護者に向けて
アンケートを取り、その結果
を踏まえて地域移行に向けて
動いているとのこと。例えば、
既存の部活動以外に参加して
みたい活動を聞き、それをプ
ラスチャレンジとして開催。

子ども達の新たな才能を発掘
する事業として展開したそう
です。
スポーツによる地域活性化
にも力を入れており、特にK
スポ（かくだスポーツビレッ
ジ）内にウォーキングコース
や遊び場を整備し、老若男女
が足を運びやすくなりました。
隣接する道の駅の存在も、活
性化の一翼を担っていると思
われます。
いずれにせよ、行政やスポ
ーツ団体だけでなく、企業や
大学も巻き込んでネットワー
クを作り、一丸となって取り
組んでいる印象を受けまし
た。
さて、それとは逆に九月十
一日に当協会へ視察に訪れた
のは、岩手県スポーツ協会視
察団（岩手県・公益財団法人
岩手県スポーツ協会やNPO
法人陸前高田市体育協会など
七名に加え宮城県からも一名



が来館）。現在、陸前高田市体育
協会は夢アリーナたかた（総合交
流センターやB&G海洋センタ
ー）を受託運営されており、今後
の管理運営の参考にするため、当
協会の指定管理のことや総合型
地域スポーツクラブのこと等、現
状を聞きに來られました。
このようにスポーツを生業と
している者同士、お互いに情報を
交換し、持ち帰って、市民の体力
向上・健康維持に役立てているの
です。これからも、情報を密に交
換し良いところをどんどん吸収
して、管理運営に努めていきたく
と思います。

スポネット
かくだ

陸前高田市
体育協会

二団体と情報交換

△両団体との
視察について

専門知識の習得に精進

令和6年度
塩釜市保育所等
全体研修会

去る令和6年8月28日、塩釜ガス体育館第2競技場にて「令和6年度塩釜市保育所等全体研修」が行われました。

日頃、保育に携わる約70名が、塩釜市体育協会職員の指導の下、「跳び箱」「鉄棒」「マット運動」の基本的内動作の流れと、その補助についてを実際に体を動かして学びました。

例えば「跳び箱」に初めて挑戦する子どもに対して、まず、何をしますか？お手本を見せるのではないのでしょうか。もちろん跳べる人を見本として見せるとイメージしやすいですが、見るだけで



↑研修の様子（左：跳び箱 / 右：鉄棒）

講師からひとこと



いつもは子ども相手なので、新鮮な運動指導でした。改めて、自分にも落としこめたかなと思います。

今日のことをベースにして、自分がやり易いように発展させて実践してください。

「跳ぶ」という一連の動作をするには勇気が必要です。そこで「跳ぶ」という動作を左記のように四つに分けて繰り返し練習をさせます。

- ① 床に手をついてかえるとび
- ② 床に手をついてかえるの足うち
- ③ 跳び箱に手をついてジャンプ
- ④ 助走なしで跳び箱を飛び越える

繰り返し練習することによって「出来る」のハードルを低くすることが狙いです。幼児期は筋力も成長段階の為、腕で自分の体を支えること（腕支持）が苦手な子も多くいます。補助をする時は「先生がしっかり助けるよ」と、子どもに伝わるように声がけし信頼してもらうこと、オーバーリアクションでも出来たら褒めることが大事とのこと。

参加者からは「具体的なポイントが聞けて良かった」「補助をする時の手の位置や何処を押さえると良い等、指導の仕方が分かった」といった感想を頂きました。また、指導を行った体育協会職員からのコメントも是非ご覧ください。

教室・事業 参加者募集

だれにでもできる武道体験会

主催：特定非営利活動人 塩釜市体育協会
5つの武道(剣道・空手・柔道・少林寺拳法・空道)が一堂にそろう
み！練習や稽古ではなく武道に触れる第一歩として、楽しみながら体験
できるイベントです。

日程：令和6年11月16日(土)
時間：9:00～12:00
場所：塩釜ガス体育館 第一競技場

参加費：無料
対象者：どなたでも
定員はありません

シニアのための睡眠とストレッチ

主催：塩釜市体育協会・
フクシ・エンタープライズ共同事業体

良質な睡眠をとるために必要な知識を講話
と体操から学びます

日程：令和6年10月11日(金)
時間：10:00～11:00
場所：塩釜ガス体育館 2F研修室
参加費：600円
対象：となたでも
定員：30名(予約制)
準備物：タオル・飲み物・運動できる服装等



秋の桂島・野々島 島めぐり探訪

主催：特定非営利活動法人塩釜市体育協会
浦戸諸島の自然を満喫しながら歴史や文化を学びます
日程：令和6年10月20日(日)
受付時間：9:00～9:15
集合場所：マリンゲート塩釜(エントランスホール内券売機付近)
参加費：2,000円 定員：30名
準備物：動きやすい服装・履きなれた靴・**昼食・飲み物**・雨具



塩釜ガス体育館 大規模改修工事について

令和6年9月末現在、決まっていることや、予定をお知らせいたします。

<第二競技場棟の着工>

	工事開始時期	場所
1階	9月～	第二競技場・食堂・厨房・1F入口(北側・南側)・ コミュニティーホール
	11月1日～	幼児室・トレーニング室・更衣室・サウナ室 ※工事準備のため利用は10月31日まで
2階	9月～	2F入口(北側・南側)・コミュニティーホール
	11月1日～	第2会議室・和室・会議室・研修室・給湯室・ 倉庫(書庫)・トイレ ※工事準備のため利用は10月31日まで



トレーニング・ランニングの 回数券を購入された方へ

回数券の利用期限については、
工事終了後、延期日数分を延長
いたしますので、期限が切れても
捨てずに保管下さい。

<第一競技場棟の着工>

- 第一競技場の工事着工は令和7年4月1日からの予定。
- 令和7年3月23日(日)までの貸館は利用可、令和7年3月24日(月)から利用中止。

令和6年度 塩釜市体育協会 賛助会員のみなさま(9月末現在) (株)白寿殿／(有)フジサキ・スポーツ
(株)アリエージェンシー／東日本自動車学校／東陽防災設備(株)／遠藤(株)
(株)フクシ・エンタープライズ／(株)高山／同和興業(株)塩釜営業所 ※順不同

PEN☆Y
まだ残暑が残る八月、どう
しても食べたくて出掛けた某
道の駅。気温四〇℃の中、熱々
の「つぼやきおいも」を買い
ました。美味しかったです。
そして実りの秋を迎えまし
た。美味しい物の誘惑には勝
てそうありません。体型を
維持するためには運動しない
となあと思っていた。

編集後記

編集・発行
特定非営利活動法人 塩釜市体育協会
塩釜ガス体育館内

住所 〒985-0075
宮城県塩竈市今宮町 9-1
電話 022-362-2101 FAX 022-362-1099
E-mail: taiikukan@np-shiogama-taikyo.or.jp

塩釜市体育協会

検索

X(旧 Twitter)はこちら↓
塩釜ガス体育館 塩竈市温水プール



塩釜市体育協会
ホームページ



塩釜ガス体育館
Instagram

