



# 板橋区スポーツ推進委員 実技講習会

## レポート

スポーツ推進委員の  
講習会を取材します

### 突撃

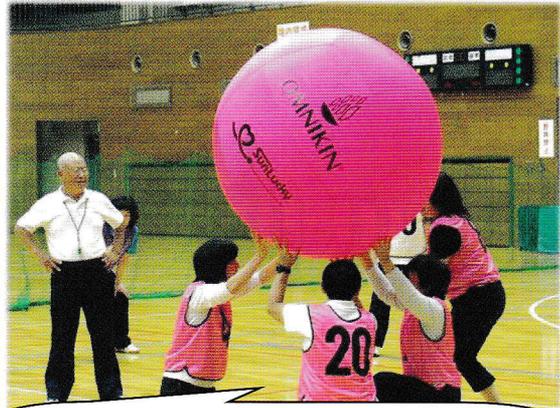


### 10月の定例会・実技講習会

ニュースポーツのキンボールを全員で体験しました。この競技は4人1組で構成された3チームが色分けされたゼッケンをつけてコート内でヒット(サーブ)やレシーブを繰り返すゲームです。攻撃は3人でボールを支え相手チームの色を大きな声で「オムニキンブラック」とコールした後にヒットしなければなりません。これがなかなか難しく、コールしながら同時に打ってしまうフールが何度も繰り返されていました。さらにヒットは同じ人が2度続けて打つことはできません。そのため自ら積極的にゲームに参加する必要があります。守りは大きなボールを床に落とさないようにするだけです。最初は仲間同士で集まっていたのですが、空いているゾーンにボールが来るため、お互いの位置を見ながら協力して広がります。終わる頃には全員が汗だくになりました。

今後も色々なスポーツを体験しながらその特性や競技方法、ルールなどの理解を深め、自身がプレーするだけでなく、体験したスポーツを様々な人々に指導できる力も身につけていきます。

左 講師の渡邊前会長  
(現在、志村スポーツクラブ  
・プリムラ理事)



1チーム4名、3チームが直径122cm、重さ1kgのボールを使い、「ヒット」「レシーブ」を繰り返す競技です。

■キンボール(Kin-ball)とは 1986年にカナダで生まれた屋内球技。2001年6月カナダ・ケベックにおいて、第1回キンボールスポーツワールドカップが開催され、来年度で8回目を迎えます。第1回目からカナダが1位、日本は第5回目をのぞき男女ともに2位という成績を収めました。



3チームのキャプテンがじゃんけんをし、勝ったチームがヒット権を得る。ヒットする時は「オムニキン〇〇」とゼッケンの色を言ってボールを打ち出します。



呼ばれた色のチームは、ボールが床に落ちる前にレシーブをする。レシーブまたはヒットに失敗した時は失敗したチーム以外の2チームに1点ずつ得点が加算される。1セット7分を3セット行い、総合得点で競います。

## 編集後記



あけましておめでとうございます。本年もスポーツ推進委員の活動状況を掲載していきますので多くの皆様に手に取って読んでいただきたいと思います。ホームページもあわせてよろしくお願いたします。

## インフォメーション

- \*第23回区民ドッジボール大会  
2月15日(日) 小豆沢体育館  
年々技量もレベルアップし、白熱戦が展開されます。
- \*2015板橋Cityマラソン  
3月22日(日) 荒川河川敷
- \*各地区でふるさといたばし体操講習会を開催しています。  
詳しくは「広報いたばし」でお知らせいたします。

恒例・直前の体操特訓!!  
夏休みになると各青健主催のキャンプが開催され、そして各地域・町会・PTA主催のラジオ体操が行われます。スポーツ推進委員は、参加者の前に立ち、ラジオ体操やふるさといたばし体操の模範演技をする機会が多くなります。  
そこで7月の定例会後の実技講習会では、ラジオ体操第一・第二とふるさといたばし体操を曲にあわせながら動きの確認をしました。  
約1時間の講習会でしたが、全身を一生懸命動かして、汗だくとなり心地よい運動となりました。これで、各ラジオ体操の場での模範指導や演技も準備万端です。

いたスポは、各地域センター・区立体育館で入手いただけます