



激戦!! 第9回ディスクコン大会開催



「わわ!! 味方のディスクに当ててしまった~!!」とこんな場面があるのもディスクコンならではの、一発逆転もあるので最後まで目が離せません!!

6月28日(日)湖東体育館で第9回ディスクコン大会が開催されました。市内・外から計36チームが参加され、熱戦が繰り広げられました。
本大会は、最初に総当たりのリーグ戦で争われ、その結果をもとに、決勝戦、2位以下4位決定戦がトーナメント戦で争われました。
ディスクコンは、年齢問わず誰でも気軽に行けるスポーツで、最初に投げたポイント目掛けて赤と青のディスクを各チームが投

げ合い、得点を競います。
特に、ディスクを投げる直前の張り詰めた緊張感が独特で、丁度ゴルフのバットを決める前のような重々しい空気が漂い、待機中の選手や、周りの人々は固唾を飲んで見守ります。

一方で、ポイントにぴったりとくっついたり、重ねてしまうようなビッグプレーが飛び出した時には割れんばかりの拍手と歓声が会場を包み込み、試合を盛り立てます。この日の大会でも、相手ディスクを弾き出し、一発逆転といったような数々のビッグプレーが飛び出し、あちこちから歓声が上がっていました。

そして、大会が決勝に向かうにつれて気になるのが順位。順位表の前には絶えず人だかりができていました。

どの試合も緊迫した良い試合でどのチームが優勝するかまったく予想もできない大会でした。そんな中、見事熱戦を勝ち抜き、有終の美を飾ったのは、愛東地区からの出場「あい山本」チームでした。

また、結果とは別に、大会に出場し、様々な交流が生まれたこと、学びが得られたこと、そして何より本大会が楽しかった、ディスクコンが楽しいと少しでも感じてくださったのであれば、我々主催者として

アンケートの感想

今回、第9回ディスクコン大会参加者には、大会終了後アンケートに回答いただきました。その中のいくつかをご紹介します。たくさんのご協力ありがとうございました。

Q. ディスクコンの魅力をお教えてください。

練習している間は皆大声で笑ったり、話したりとあっという間に時間が過ぎてしまいます。

天気に関係なくできる良いスポーツに巡り会え、大変うれしく思っています!

Q. 大会に参加した感想・意見をお聞かせください。

他の人のいろんな投げ方を見て勉強になりました。

会場(床)が違うと滑りやすさが違うということを実感できて勉強になった。

楽しかったのもっと試合が良かった。もう少し試合が多くてもいいのでは?



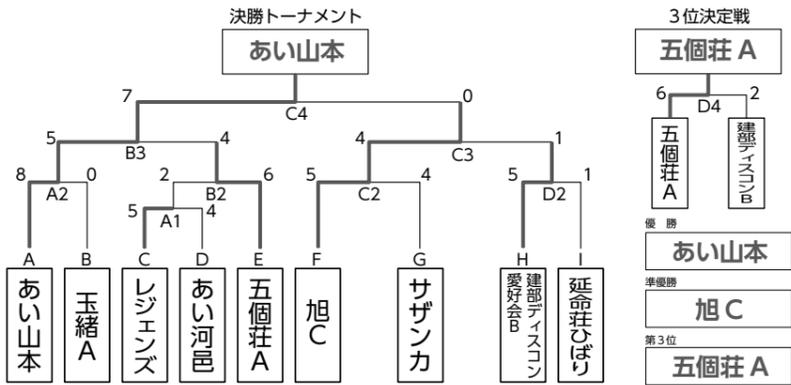
<優勝> あい山本



<準優勝> 旭C



<第3位> 五個荘A



は何よりも喜ばしいことです。
尚、本大会の結果は、以下のとおりです。
<優勝> あい山本(愛東地区)、<準優勝> 旭C(南部地区)、<第3位> 五個荘A(五個荘地区)。

第3回 ネットでポンポイ大会のご案内



東近江市発祥のニュースポーツです。バレーボールの要領でオリジナルのネットを使ってボールを投げ合います。緩急を付けた多彩な連携プレーで大いに盛り上がります!一度体験してみたいかでしょうか。

日時:平成28年2月21日(日) 8時30分~
場所:布引体育館
参加:小学4年生以上(男女混合可)
※小学生のチームは保護者1名同伴
※1チーム選手4名。補欠2名以内
参加費:1チーム500円
申込方法:申込書を東近江市教育委員会スポーツ課まで持参もしくはFAXで提出

体力アップ健康教室とは、健康寿命の延命を目的に、昨年度から政所地区をモデル地区として実施しています。
今回、6月29日(月)はエリアを奥永源寺地域に広げ、「体力アップ健康教室」を政所小学校で行いました。
1時間目は、河島克彦理学療法士(湖東リハビリセンター)による講演で、暮らしの中に潜む寝たきりになる落とし穴と防止のための秘策を皆さんと一緒に学びました。たとえば、フットケアは、今日のお風呂上りからでも手軽に始められると大好評でした。
また、フットケアもさることながら、転ばないための環境づくりも大切です。キーワードは「ぬかづけ」「ぬいぬれた床、かき階段、づけ(片付け)を忘れずに転ばない環境づくりに役立てましょう。
2時間目は高木重隆スポーツ推進委員が健康・体力づくりのための運動(片足上げ、うつ伏せでの上体反らしなど)を指導しました。少しハードでしたが、元氣な皆さんは、最後まで高木スポーツ推進委員に続いて実践されました。
家でもできる内容なので毎日数分程度でも続けることが肝心です。

奥永源寺 体力アップ健康教室



河島理学療法士とフットケアの実践方法を学ぶ参加者の皆さん

3時間目は手軽に楽しめるニュースポーツ「ディスクコン」を体験していただきました。大いに笑って楽しい時間を過ごしていただくことができました。
今回の奥永源寺体力アップ運動教室は、座学あり、実技ありのポリコム満点の内容でしたが、元氣で最後まで楽しい時間を共に過ごさせていただくことができました。8月下旬の第3回健康教室、10月の体力測定で皆さんとお会いできるのを楽しみにしています。



各地区の

スポーツ活動を紹介します。



（能登川地区）

能登川地区スポーツ推進委員は、健康推進委員や能登川総合スポーツクラブ、体育協会と共催し、健康教室を実施しています。



椅子を使った運動（健康教室）



ネットでポンポイ体験

平成27年

- 7月4日（土）健康教室
- 8月1日（土）ネットでポンポイ体験
- 10月4日（日）能登川地区市民運動会
- 11月9日（月）のたがわを歩こう！ウォーキング

平成28年

1月31日（日）能登川地区健康マラソン大会
 その他、学区別のグランドゴルフ大会、スポーツ体験等を実施しています。
 去る7月19日（日）には第10回東近江市ドロンカヌー大会が開催され、能登川地区体協は主管として協力し、たくさんの方の参加チームの中、大熱戦が繰り広げられました。



ドラゴンカヌー大会の様子。レーズの鍵を握るのがこのターニングポイント

（蒲生地区）

7月11日に小学生対象でのカレー作りをしました。



皆で作ったカレーおいしいよ！

約100人の参加者の中、初めて包丁を持つ子どもたちに大人はハラハラ・ドキドキ・玉ねぎ、人参、じゃがいもを子どもたちが切りました。

暑い暑い中、熱中症にならないかと心配をよそに、子ども達の元気はすばらしい！日頃の体力作り（登下校等）に感謝しつつ大人もがんばらねば...と思わず冷や汗をかきました。

カレーが出来るまでの間、子ども達とビンゴゲームをし、ボール、シャボン玉で思いっきり遊びました。



そして、カレーも出来上がり、おかわり続出！ガス釜で炊いた九升のお米もあっという間に無くなりました。13時には、解散。一日キャンプは終わりました。

（永源寺地区）

永源寺地区スポーツ推進委員は、体育協会と共催し事業を実施しています。一昨年よりディスコン教室を実施し、去る6月28日第9回東近江市ディスコン大会には2チームが参加し、共に2位リーグ敢闘賞と健闘されました今年度は、

8月7日 バレーボールソフトボール大会
 9月11日 ボウリング大会
 10月11日 永源寺地区大運動会を計画しています。

27年6月29日（月）には、東部地区自治会・奥永源寺スポーツクラブと東近江市スポーツ推進委員協議会・市関係機関とで「奥永源寺体力アップ健康づくり教室」が開催されました。理学療法士による運動の効果に関する講話と、

スポーツ推進委員指導のもと、ディスコンを体験され、会場は大いに盛り上がりました。10月24日（土）には体力測定会を開催します。



指先の曲げ伸ばしを繰り返すことで、脳の活性化を促します。



河島先生による講義の様子。

11/29回 水車ウォーク開催



およそ2年ぶりに開催となる「水車ウォーク」のご案内です。今回は、秋も深まる11月に開催します。伊庭内湖周辺の雄大な景色を眺めながら約7〜8kmのコースを歩いてみませんか。その他詳細、参加ご希望の方は東近江市役所スポーツ課まで。また、チラシは各体育施設、コミュニティセンター、自治会回覧などで配布する予定です。



ニュースポーツ出前講座

●キンボール（手つなぎ鬼）

迫ってくる鬼の転がす大きなボールを当てられないように逃げる鬼ごっこです。このとき、逃げ役は手をつないだままなので、二人の呼吸を合わせて逃げるのが大切です。特に、子ども達にとっては、自分の背丈くらいあるボールで遊べるとあって、人気があります。

また、小学校の親子活動でも好評で、子ども達相手に本気でボールを転がす保護者に子ども達は大喜び!!このように親子で楽しめるキンボールを使った遊びもあります。

このようなニュースポーツを体験してみたい方は東近江市役所スポーツ課までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

東近江市教育委員会スポーツ課
 ☎0748(24)5674

●出前講座とは？

A. スポーツ推進委員が直接皆様のお届けする活動のことです。昨年度は年間59件の出前をさせていただきましたが、今年も既に30件以上もの依頼を受けています!!

●ニュースポーツのメニューにはどんなものがありますか？

A. 屋内・屋外、年齢問わずお楽しみいただけるメニューを取り揃えています。現在10種類程度のメニューがありますが、今回は、この中から人気の2種目をご紹介します。

●スローイングビンゴ

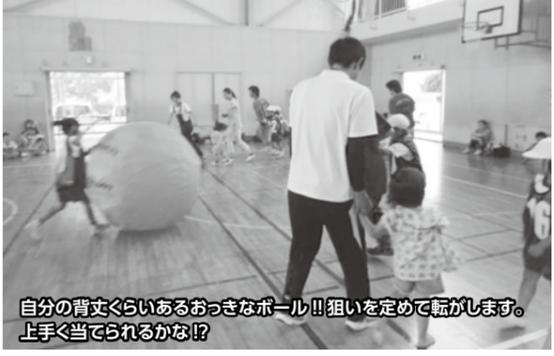
ブルーシート上に描かれたマス目に向かって砂袋を順番に投げ、どちらのチームが先にビンゴを作ることができるとかを競います。

一見、簡単そうに見えるのですが、思ったとおりのマスに投げるとは難しい...

「あと一マスでビンゴやったのに先を越されてもたあー」と予想外の大逆転劇が見られるのもスローイングビンゴの醍醐味の一つです。



スローイングビンゴ! 縦一列がもう少しでビンゴになります! この勝負の結果はいかに!?



自分の背丈くらいあるおっきなボール!!狙いを定めて転がします。上手く当てられるかな!?

編集後記

今号は、ディスコン大会や健康教室の様子などを紹介しました。今秋も様々なイベントや大会を開催します!皆様のご参加をお待ちしています。



インフォメーション

問い合わせ及び申込先は、東近江市教育委員会スポーツ課
 ☎0748-24-5674
 IP 050-5801-5674

あなたのまちへ、あなたのサークルへ、スポーツ推進委員が出向きます。

- 子ども会の行事で何かスポーツを楽しみたい。
- 老人会で健康体操をしたい。
- 自治会のイベントで体を動かしたい。
- 職場の仲間とニュースポーツを体験したい。

などなど、様々なスポーツに関する出前を承ります。