



# みえ広域スポーツセンターだより

## H27年度第19号 (2015.07.27) 第181号

### 【三重県スポーツ推進委員研修会について】

平成27年7月4日(土) 13時30より三重交通G スポーツの杜 鈴鹿 体育館にて、スポーツ推進委員としての資質の向上及び県内のスポーツ推進委員間の交流を図る目的で、県内から163名のスポーツ推進委員の方々に集まっていただき開催いたしました。

#### 実技研修会 ～スポーツ体験研修～

##### ①「～音楽にあわせて体を動かそう!～ “うらじゃ音頭”」

※うらじゃ音頭・・・ 岡山県の「うらじゃ」祭りにて踊られている総踊り曲の一つ。

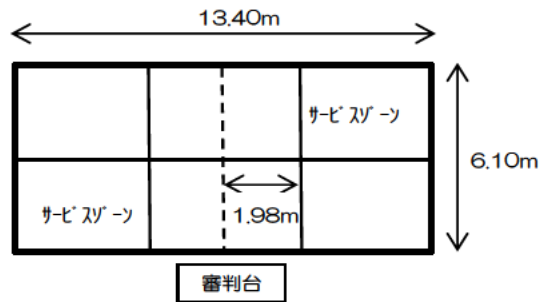


##### ②「ヘルスパレーボール」

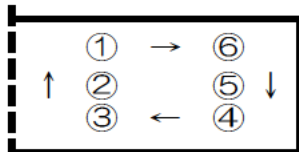
【ヘルスパレーボール ルール】

■コートはバドミントンのダブルスコート (長さ13.4m、幅6.1m)

■バドミントンのネットを使用 (高さ2m。76cm×602cm)



■ローテーションは得点を得た時に時計回りに1つずつ移動する。  
前衛2～3人、後衛2～3人で任意に決めてよいが、試合中に変更することはできない。



ローテーション図



■1チーム4人から6人 (相手に合わせる必要はない)。

■アタック (ジャンプしてボールを返すこと) の禁止。

■相手コートにボールを返すときは、2回～5回で返すこと。

■ボール・インとボール・アウト

コートラインを垂直に伸ばしたラインにボールがかかっていたらイン (図2)

コートラインを垂直に伸ばしたラインにボールがかかっていなければアウト (図3)

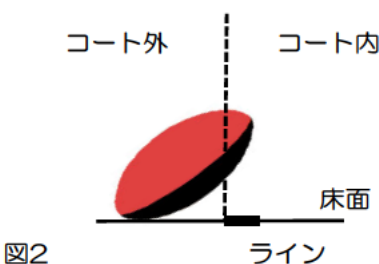


図2

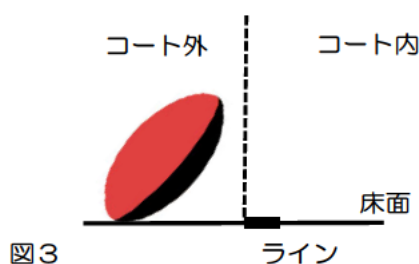


図3

【平成27年度ブロック別総合型地域スポーツクラブミーティング開催について】

県内総合型地域スポーツクラブ間の連携強化を図り、各クラブの取組や課題解決等について情報交換・共有を行っていただける絶好の機会ですので、ぜひご参加ください。

日	時	北ブロック	8月19日(水) 19:00~	三重県四日市庁舎 本館1階第11会議室
会	場	中ブロック	8月22日(土) 15:00~	三重県津庁舎 本館6階大会議室
		伊賀ブロック	8月20日(木) 19:00~	伊賀市ゆめぼりすセンター 2階東会議室
		南志ブロック	8月 5日(水) 19:00~	三重県伊勢庁舎 4階403会議室
		東紀州ブロック	8月 7日(金) 14:00~	三重県熊野庁舎 5階501会議室

北ブロック	桑名市、木曾岬町、いなべ市、東員町、朝日町、川越町、菰野町、四日市市、鈴鹿市、亀山市
中ブロック	津市、松阪市、明和町、大台町、多気町
伊賀ブロック	伊賀市、名張市
南志ブロック	伊勢市、鳥羽市、志摩市、玉城町、度会町、南伊勢町、大紀町
東紀州ブロック	尾鷲市、熊野市、御浜町、紀宝町、紀北町

※日程等の都合上、参加対象となっているブロックのミーティングに参加できない場合は、他ブロックのミーティングに参加することも可能です。

参加対象： 県内総合型地域スポーツクラブ関係者、総合型地域スポーツクラブ設立準備関係者、各市町生涯スポーツ担当者 等

内 容： (1) クラブアドバイザー活動報告  
 ・県内総合型地域スポーツクラブの状況について  
 (2) グループディスカッション  
 ・【テーマ】成人向けスポーツ教室等の企画立案  
 (3) 事務連絡

参加申込： 各市町総合型地域スポーツクラブ担当課

問合せ先： みえ広域スポーツセンター TEL：059-372-3519

【講習会のお知らせ】

■平成27年度中高年安全登山指導者講習会「東部地区」

開催日： 平成27年9月11日(金)~13日(日)

開催地： 明治の森高尾国定公園 高尾山

開閉講式： 「高尾の森わくわくビレッジ」  
 〒193-0821 東京都八王子市川町55

講義 宿泊場所 TEL：042-652-0911 FAX：042-652-0944



講習内容： **【1日目】**  
 ①講義1(90分) 「中高年登山の課題について」  
 ②講義2(90分) 「気象遭難の事例と遭難を防ぐために」  
 ③講義3(60分) 「登山における怪我と病気」  
 ④ガイドンス(30分) 「翌日の実技研修について」  
**【2日目】実技研修と内容**  
 ①観天望気 山頂で観天望気の実習  
 ②ナビゲーション 磁石と高度計を用いたナビゲーション実習  
 ③セルフレスキュー 搬送法の実習(場所) 高尾の森わくわくビレッジから高尾山方面 高尾城山~高尾山付近の稜線を利用

対象者： 次の①~⑤に該当する健康な者  
 ①地域、職域等における中高年登山クラブ(グループ)のリーダー・指導者  
 ②都道府県山岳連盟(協会)の関係者  
 ③都道府県・市区町村教育委員会の関係者(登山担当者・スポーツ推進員等)  
 ④旅行会社等が主催する中高年を対象としたツアー登山の関係者(企画担当者、引率者等)  
 ⑤その他、中高年登山の指導に関わる者

定 員： 50名程度

参加費： 17,000円(宿泊・食費・情報交換会費、傷害保険料、資料代、移動バス代等)

- 申込方法：参加申込書（様式1）に参加者個人票（様式2）を添えて日本山岳協会に申し込んでください。  
 ※参加申込書、参加者個人票はホームページより印刷できます。  
 ※公益社団法人日本山岳協会は、東京都山岳連盟と協議のうえ、参加者を決定します。
- 申込締切：平成27年8月4日（火）
- 申込先：公益社団法人日本山岳協会  
 問合せ先 〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1 岸記念体育会館  
 TEL：03-3481-2396 FAX：03-3481-2395  
 E-mail：info@jma-sangaku.or.jp

詳しいことは、公益社団法人日本山岳協会のホームページをご覧ください。  
<http://www.jma-sangaku.or.jp/news/2015/06/post-235.html>

【セミナーのお知らせ】

■オリエンテーリング

- 日時：平成27年9月5日（土） 9:00～12:00（受付8:45～） ※雨天決行
- 会場：亀山市 西野公園内スポーツ研修センター会議室（亀山市野村2丁目5-1）
- 費用：無料
- 定員：先着20名
- 持ち物：筆記用具、運動のできる服装、運動靴、タオル、雨具（傘で可…雨天時）
- 申込方法：参加申込書（ホームページより印刷）に必要事項を記入のうえ、一般社団法人三重県レクリエーション協会までFAX・メール・郵送のいずれかの方法でお申し込みください。
- 申込締切：平成27年8月3日（月）必着
- 申込先：一般社団法人三重県レクリエーション協会事務局「オリエンテーリングセミナー」係  
 問合せ先 〒514-0002 津市島崎町3-1 三重県島崎会館内  
 TEL：059-246-9800 FAX：059-246-9801 E-mail：mie-rec@zvtv.ne.jp

詳しいことは、一般社団法人三重県レクリエーション協会のホームページをご覧ください。  
<http://www.zvtv.ne.jp/web/mie-rec/>

【総合型地域スポーツクラブ紹介（大台町）】

平成27年1月1日時点

■宮川スポーツクラブ

- クラブ概要：地域住民の健康づくりと青少年の健全育成を目的として取り組んでいる。高齢者については、健康づくりをメインに、子供については、青少年の健全育成に力を入れて取り組んでいる。
- 会費：

小中学生	1,500円
学生	2,000円
一般	3,000円
シニア	2,000円

 その他、必要経費、参加費を徴収することがある。
- 活動種目：ソフトボール、軟式野球、バレーボール、サッカー、柔道、ソフトバレーボール、パドルテニス、ヨガ、健康体操
- 連絡先：多気郡大台町江馬701 TEL/FAX：0598-76-0171

【発行】みえ広域スポーツセンター

三重県地域連携部 スポーツ推進局 スポーツ推進課 企画・地域スポーツ推進班（鈴鹿市駐在）  
 〒510-0261 三重県鈴鹿市御園町1669番地（三重交通Gスポーツの杜鈴鹿内）  
 TEL：059-372-3519 FAX：059-372-3518 E-mail：m-kouiki@pref.mie.jp  
<http://www.pref.mie.lg.jp/D1SPORTS/tiiki/kouiki.htm>

