

愛媛大学 総合型地域 スポーツクラブ会報 No.20



発行：2016年3月1日

愛媛大学総合型地域スポーツクラブ広報チーム編集

愛媛マラソンの魅力とスポーツの価値

愛媛大学総合型地域スポーツクラブ理事 日野克博

今年も愛媛マラソンが盛大に開催されました。天候にも恵まれ、ランナーにとっても、応援する人にとっても、そして、大会を支えるスタッフやボランティアにとっても、愛顔（えがお）溢れる素晴らしい大会になりました。ランナーからは、「自己新記録がでた」「〇時間〇分を切れた」「沿道の人にたくさん応援してもらった」など、走る楽しさや喜びを感じ、その気持ちを素直に伝える声が聞こえてきます。一方、「目標記録を達成できなかった」「関門で止められ完走できなかった」など、練習の成果を発揮できず、悔しい思いや残念な気持ちを伝える声も聞こえてきます。

ところで、スポーツには結果がつきものです。後日、新聞には、各選手の順位とタイムが掲載されます。しかしながら、ランナーの声として、「今年は〇位だった」といった順位に関する声はあまり聞こえてきません。人と比べて優劣を決める順位は、愛媛マラソンではあまり意味がないのかもしれませんが。実は、それがスポーツ本来の魅力であり、価値あるものだと思います。すなわち、みんながスポーツの本質に触れ、ス

ポーツをする人も、みる人も、支える人もともにスポーツの楽しさを感じることができる。それが、愛媛マラソンの人気の秘訣でしょう。

2020年に開催される東京オリンピック・パラリンピック大会では、「すべての人が自己ベストを目指し、一人一人が互いを認め合い、そして、未来につなげよう」というモットーを掲げています。この「全員が自己ベスト」「多様性と調和」「未来への継承」の3点は、私たち総合型地域スポーツクラブがめざす姿とも符合します。「オリンピックは参加することに意義がある」と言われます。総合型地域スポーツクラブも同様です。会員さんの愛顔（えがお）を引き出し、参加するだけでなく、スポーツがもつ本質的な意味や価値に触れられるクラブを目指しています。



スポーツ教室 ～今年度の活動を振り返って～

キッズ・サッカー教室



キッズ・サッカー教室参加者の皆さん、お疲れ様でした！ 今年度は、非常に

寒い中でのサッカー教室になりましたね！コーチたちは寒くて寒くて凍えそうでしたが、そんな中、元気に走り回るみんなの姿を見るとすごくやる気が溢れてきます。クリスマスにはムキムキのサンタさんが来てくれてみんなにプレゼントをくれました。みんなの笑顔を見て、あのサンタさんも嬉しく思ったことでしょう！きっと来年も来てくれるはずですよ。ファミリー・デーでは多くの方々が足を運んで頂き、寒空の中プレーする姿は、子どもたちと変わらず爽やかに清々しかったです。来年度も子どもたちの成長を

見ていきたいと思っています。参加をお待ちしております。

<3年生・近藤和弥>



ビギナー・マラソン教室



今年度のビギナーマラソン教室は、アミノバリューとの提携から独立して、新生ビギナーマラソン教室として再スタートを切りました。会員さんの人数は多少減って32名となってしまいましたが、その分会員さん同士や、会員さんとスタッフとの間で以前にも増してたくさんのコミュニケーションを取りながら教室を行うことができました！来年度は新生ビギナーマラソン教室2年目として、今年度以上に充実したマラソン教室にしたいと思います。練習内容はもちろんですが、仲間との親睦を深め、仲間と走ることの楽しさを実感出来るような教室にしていけるよう、スタッフ一丸となって頑張りますので、今後もよろしくお願い致します！

<3回生・堀田寛人>

バレーボール教室&学習塾



バレーボール教室&学習塾では、バレーボールが目的の子どもや体を動かしたくて来てくれている子どもなどいろいろな子どもがいます。そのような子どもたちの要望に応えるため私たち指導者も本気で取り組み、教室づくりを行って来ました。バレーボール教室では、低学年・中学年・高学年と3つのグループに分け学年別に行っており、低学年・中学年ではレクリエーションやボール遊び、高学年では基礎練習をメインにしています。学習塾では、子どもたちが持参している宿題プラス大学生が少し難しい問題を出しみんなで解いていくという形で行っています。まだまだ未熟ではありますが、これからもよろしくお願いします。

<3回生・萩山祥太>

キッズ・スポーツ教室



私たちキッズ・スポーツ教室は、小学4年生以上を対象として毎週土曜日の11時10分から12時10分まで主に第1体育館で活動しています。後期は全10回で、ハンドボール4回、野球3回、サッカー3回を行いました。前期と同様に後期もたくさん子どもたちが参加していただけて活気にあふれた教室になりました。また、後期から新しく参加してくれた子どもたちも数人いましたが、みんな楽しそうに活動していました。ご支援ご協力これからもスポーツが苦手な子ども得意な子どもみんなが楽しめるような工夫と雰囲気づくりをスタッフ全員で行っています！興味のある方はぜひ一度見学にいらしてください！

<3回生・吉原彩夏>

ダンス教室ゼロポイント



ダンス教室ゼロポイントでは、ストレッチ・コミュニケーションワーク・ダンスなどを2時間かけて楽しく行っています。この教室の魅力は、ペアストレッチを一緒に行ったり、会員さんとスタッフ混合のグループでダンスを踊ったりと、会員さんとスタッフの交流機会が多いことです。今年度は後期からの開催となりましたが、多くの方々に参加していただき、会員の皆様と毎回充実した時間を過ごすことができました。ありがとうございます。来年度もダンスを通して、心も身体もリフレッシュしていただけるよう教室運営をより良くしていきたいと思っております。スタッフ一同がんばってまいりますので、今後ともよろしくお願い致します。 <3回生・金清あかり>

キッズ・バスケットボール教室



キッズ・バスケットボール教室は、バスケットボールを楽しんでもらう事を目的としています。今年度は、会員数が今までで一番多く、活気のある活動になっています。教室では、ストレッチや鬼ごっこで楽しくアップをし、パスやドリブルなどの基礎的な練習から試合まで行っています。また、ただ楽しくバスケットボールを行うだけではなく、最低限の技術は習得できるように指導していきたいと思っています。最終日には、親子でバスケットボールを楽しんでもらうファミリーデーもあります。運動が得意な子苦手な子、学年、性別に関係なく、みんなが楽しくバスケットボールができるような教室作りを目指しています。

<3回生・三好 隼>

成人スポーツ教室



今年度は、卓球・テニス・ソフトバレーボール・バドミントンと多くのスポーツを通して、会員の方と一緒に楽しいクラブ活動をおくることができました。毎回多くの方にご参加いただき、スタッフ一同本当にうれしく思います。最終回にはレクリエーション大会を開催し、成人スポーツ教室のよい締めくくりとなりました。また、2016年最初の活動として、会員の方との懇親会も開かれました。楽しそうな様子で、スタッフや会員の方同士の交流の場となりました。今年度も非常に充実したクラブ活動だったと感じております。来年度も私たちと楽しく充実したクラブ活動をおくりましょう。たくさんのご参加をお待ちしております。 <3回生・玉井亮太>

アクティブ・ウォーキング教室



こんにちは、アクティブ・ウォーキング教室です。今年度は今までにない大勢の会員の方に参加していただき、大変盛り上がり活動することができました。また今年度は、ウォーキング以外にも力を入れ、ストレッチ、バランスボード、サーキットトレーニング、ロゲイニングなどを教室で行い、希望者には、日々の

活動を記録する smart active 10weeks やアクティブ手帳、またスリムな足を目指す美脚筋プログラムなど、様々な取り組みを行ってきました。ですが来年度は、さらに良いものにしていけるよう改善していこうと思いますので、これからもよろしく願いいたします！ 1年間お疲れさまでした！

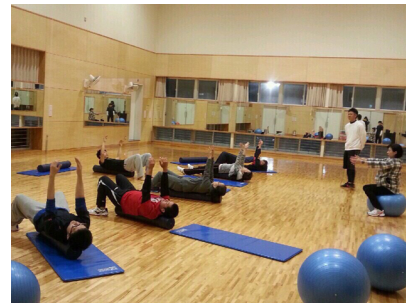
<3回生・林 惇>

フィットネス教室

今期のフィットネス教室は、前期7回、後期8回の計15回の教室を実施しました。内容としては、バランスボールやTRFのダンスエクササイズなどを実施し、日頃の運動不足解消や汗をかくことによるストレス発散を効果として得ることができました。また、ただ運動するだけでなく、ストレッチポールを用いた運

動やマッサージによって姿勢を矯正し、少しでも日頃の疲労を回復し、体の負担を軽減するような内容も組み込んで実施しました。会員の方の人数は少ないクラブではありますが、アットホームな雰囲気を作れるように心がけています。少しでも会員の方が心も体もリフレッシュできるような教室にできるように来期も盛り上げていきたいと思っています。

<3回生・上妻良太>



イベント報告 『学内スポーツイベント』

6月21日（日）に、ドッジボール大会を開催しました。企画から運営まで全て自分たちで考え話し合いを重ね、スケジュール表や開催要項、ポスター作成等を分担して行いました。参加してくれた人が『楽しかった』と思うくれるよう本来のルールを変え、トーナメント戦にして盛り上がるよう工夫しました。当日は皆で協力して円滑に進めることもでき、貴重な経験をさせてもらいました。 <3回生・若藤愛梨>

7月11日（土）に、ドッジボール大会を開催しました。参加してくれた学生の皆様のご協力もあり、スムーズな進行ができました。大学生になると、クラスマッチや運動会等のスポーツイベントが無く、仲間と一致団結して競い合う機会がなかなかありません。

そのような中で、スポーツイベントを企画・運営できる環境を体育専攻の学生として有り難く思います。この経験が無駄にしないよう、得られた改善点を今後活かしていきます。 <3回生・兵頭 歩>



イベント報告 『クラブ会員交流会』

私たちイベントチームは、スポーツ交流会2015を開催しました。スポーツの楽しさを知っていただくとともに、他のスポーツ教室の会員さんとの交流やNEWスポーツの体験を兼ね、例年とは少し違って、今年は大人向けの交流会の開催をしました。交流会の内容としましては、2017年に開催され



るえひめ国体で行われるNEWスポーツのキンボールとインディアカを行いました。珍しく、なかなか体験することのないスポーツで、また、誰でも楽しむことのできるスポーツだったので、とても白熱したゲームをすることができました。年末で忙しく、参加される会員さんが少なかったのですが、学生スタッフと一緒に内容の濃い交流会が開催できたと思います。また、来年も引き続き、このようなスポーツ交流会を開催したいと思います。

<3回生・高田凌佑>

イベント報告 『潮見・子どもスポーツ交流イベント』

1月16日の土曜日に、潮見小学校で「潮見・子どもスポーツ交流イベント」を実施しました。当日は100名を越える多くの小学生が参加し、学生と交流する中で様々なスポーツ遊びを行い、たくさんの笑顔を見ることができました。イベントでは「投げる」「表現する」などの動きをテーマにしたブースを設け、屋外、屋内でそれぞれのゲームを行いました。子どもたちはグループに分かれ、学生サポーターが各グループにつき、ブースを回って活動を行いました。どのブースでも、子どもたちの楽しそうな姿や笑顔を見ることができ、うれしく思いました。今回の企画運営を通して、多くのことを学ばせていただきました。この経験や学んだことを今後の活動に生かしていきたいです。また、潮見小学校校長先生をはじめとする教員の皆様、愛媛大学教員の皆様、保健体育科研究会の皆様に、多くのご協力をいただきました。本当にありがとうございました。<2回生・上村 憲>



【編集後記】

今回の広報を担当させていただきました2回生の内田、坂本、市原、岡本、河村、上村（写真左上から）です。今回の会報の挨拶は、日野先生に愛媛マラソンとスポーツの価値について書いていただきました。そして、各教室については1年間の振り返りや活動報告、来年度への意気込み等を掲載しています。また、総合型地域スポーツクラブ会員交流イベントやおみ合同イベントについて活動の報告や今後へ向けてのコメントを掲載しています。

会員皆様のご支援により今年度も充実した活動が各教室で行うことができ、無事に終わることができました。今後もスタッフ一同、より質の高いイベントや活動が提供出来るよう努力するとともに、広報チームとして随時情報をお届けできるよう取り組んで参りますので、来年度も総合型地域スポーツクラブをよろしく願いいたします。



愛媛大学
総合型地域
スポーツクラブ

〒790-8577
愛媛県松山市文京町3番
愛媛大学教育学部

Tel & Fax : 089-927-8302 (月/水/金13:00-16:30)
e-mail : ai-spo@ed.ehime-u.ac.jp
URL : <http://www.ed.ehime-u.ac.jp/~ai-spo/>