

グラウンドゴルフ

どんなスポーツ？

グラウンドゴルフは、決められたスタート位置から専用クラブでボールを打ち、スタートから15～50m離れたホールポスト（ゴール）へ何打で入れることができるかを競うスポーツです。

- 用具 ボール、専用クラブ、ホールポスト、スタートマットなど
- 場所 運動場、河川敷など広いところや、テニスコートなどの狭いところでも可能です。
- 人数 団体戦、個人戦とも可能です。
- 進め方 ジャンケンで打順を決め、勝ったプレイヤーから順番にスタートマットにボールを置き、専用クラブでボールを打ちます。2打目以降はホールポストに遠いプレイヤーから順にプレーします。
※ボールがホールポストの中に入ったら、そのホールは終了（ホールポストに入ることを「トマリ」という）で、通常8ホールを回り、総打数の少ないプレイヤー（チーム）が勝者となります。合計打数が同数のときは、最小打数の多いプレイヤーを上位とします。



毎年5月に市民グラウンドゴルフ大会を開催しています。ぜひご参加ください！

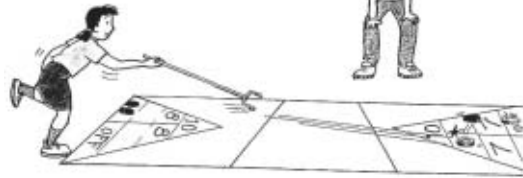
シャフルボード

どんなスポーツ？

シャフルボードは、細長いコート（約2m×16mの薄いマット）の上をキュー（細長い棒）でディスク（円盤）をシュートするスポーツです。コートの前方にあるスコアリングダイアグラムに記してある点数（三角形）を狙い点数を競い合うスポーツです。

- 用具 シャフルボードコート、キュー（細長い棒）、ディスク（黄・黒各4枚）
- 場所 屋内（17m以上確保できる体育館など）
- 人数 団体戦、個人戦とも可能（通常は2人对2人、または1人对1人が望ましい）
- 進め方 ジャンケンで先攻、後攻を決めます。先攻は黄色のディスク、後攻は黒色のディスクをそれぞれコートの「-10」位置の右側に黄色4枚、左側に黒色4枚を線に触れないよう並べます。
先攻、後攻交互にスコアリングダイアグラムを狙って、キューでシュートします。8枚全てのディスクがシュートされるとスコアリングダイアグラムにて審判のほか、両者確認のもとで点数を数え、1フレームが終了となります。第2フレームは、第1フレームの反対側より行い、第1フレーム後攻だった黒が先攻となり、フレームごとに先攻・後攻を入れ替えます。

毎年6月に市民シャフルボード大会、1月には小学生だけの大会を開催していますので、ぜひご参加ください！



スポーツの秋を満喫しよう！

子どもからお年寄りまで楽しめる

話題のニュースポーツを紹介します

◎社会教育課 ☎22-1343

皆さんは、グラウンドゴルフ、シャフルボード、スポーツチャンバラといった競技スポーツ名を耳にしたことはないでしょうか。これらは総称して「ニュースポーツ」と呼ばれています。世界各地で考案され、日本生まれのものだけで、数百種類にのぼります。

ニュースポーツは、子どもから高齢者までを対象に「だれもが手軽に楽しめるスポーツ」として普及してきました。近年、生涯スポーツへの関心が高まる中、幅広い年齢層のスポーツライフを豊かにする担い手として、ますます注目されています。

ニュースポーツのコンセプトは、競い合うことより「楽しむ」ことです。技術や体力が必要とされる一般の競技スポーツに比べると、①ルールが易しい、②運動量が適度である、③年齢や男女の差によるハンディが少ないなどの特徴があります。

市では、各種大会の開催などを通じて、生涯スポーツとしてのニュースポーツを推進し、市民の皆様の体力・健康の増進を図るとともに、参加者相互の交流を通じて地域の活性化に努めていきます。今回は、たくさんあるニュースポーツの種目の一部をご紹介します。

日ごる体を動かす機会の少ない人も、健康づくりに、また家族や地域での世代を超えたコミュニケーションづくりに、ニュースポーツを体験してみてくださいいかがでしょうか？

スポーツチャンバラ

どんなスポーツ？

スポーツチャンバラは、誰でも遊んだ経験があるチャンバラを、防具をつけ、空気の入った刀を使って自由に打ち合うスポーツです。

- 用具 専用エアソフト剣（長剣、小太刀、短刀、槍、なぎなたなど）、専用面
- 場所 屋内
- 人数 個人戦、団体戦（3人1組）ほか
- 進め方 エアソフト剣と面を着け、赤・白に分かれ、決められたコートの中でチャンバラを行い、戦います。
※3分間1本勝負（または3本勝負）で延長は2分間です。相打ちは両者負けとなります。



サークルジャンプ

どんなスポーツ？

サークルジャンプは、サークルの中心部に専用ロープの回し役が入り、ロープを反時計回りにまわします。メンバーが1人ずつサークルに入ってジャンプし、その回数を競うスポーツです。

- 用具 専用ロープ
- 場所 屋内（体育館など）
- 人数 通常1チーム8人（うち1人はロープの回し役）
- 進め方 サークルの中心部に回し役が入り、ロープを反時計回りにまわします。回転し始めたら1番目の人がサークル内に入り、ロープの上をジャンプし、1周することに1人ずつ中に入っていきます。全員サークル内に入ったら、カウントを始め、基準は最後にジャンプしている位置とします。最高記録がそのチームの記録となります。
※競技時間は3分間とし、時間内で失敗した場合は何回でもチャレンジすることができ、最高記録がそのチームの記録となります。



3分を過ぎても飛び続けている場合は、失敗するまで競技を続けることができ、失敗した時点で競技終了となります。

ここで紹介したニュースポーツを行うのに必要な用具は、社会教育課で用意しておりますので、「ニュースポーツ用具借用申請書」を提出いただき、空いていればいつでもお貸しできます。

ニュースポーツに関するお問い合わせは、社会教育課（中央公民館内、☎22-1343）までお問い合わせください。

目標！「1ゴール」から「1勝」へステップアップ！ 知的障害者バスケットボールチームにユニフォームをプレゼント

全国知的障害者のバスケットボール大会「2005FIDジャパンチャンピオンシップ」が、8月19・20日の両日、福島市で開催されました。

この大会は、昨年ホワイトキューブで開催されたことをきっかけに、市内の知的障害者の皆さんがチームを結成して出場しています。この「白石クラブ」にユニフォームが無いことを知った白石市バスケットボール協会（須江会長）は、白石北ロータリークラブや小原・鎌先の温泉組合などからご協力をいただき、白色と紺色の2種類のユニフォームそれぞれ11着を作り、大会前の8月16日の練習終了後に選手一人ひとりに手渡しました。

真新しいユニフォームを着た選手の皆さんは、多くの皆さんからいただいた好意を背負って、大会に出場できる喜びを感じていました。このうれしいプレゼントをいただいたチームの目標は、昨年の「1ゴール」から「1勝」へとステップアップ。仕事が終わった後、厳しい練習を積み重ねて望んだ本大会では、2敗1分けて残念ながら目標の1勝を成し遂げることができませんでした。

選手たちは、ユニフォームをプレゼントしてくれた皆さんの気持ちを大切に、来年の大会で目標の1勝を達成したいと語っていました。

