

# クラブインフォメーション



発行:(公財)鳥取県体育協会 〒680-8570 鳥取市東町1丁目220番地 鳥取県議会棟別館内  
TEL:0857-26-7802 FAX:0857-26-8133 E-mail:tabuchi-h@sports-tottori.com 平成28年10月 第86号

## クラブ紹介コーナー

### けたかスポーツクラブ\*ディスクゴルフ教室



平成28年9月15日、浜村砂丘公園（ヤサホーパーク）でディスクゴルフ体験会が行われ、学校法人小林学園鳥取社会福祉専門学校の生徒25名が参加しました。

講師には山本正信氏（気高町ディスクゴルフ協会会長）があたり、ディスクの持ち方・投げ方、ルール説明を受けた後、4～5人のグループで実際のコース8ホールを回りました。

OB区域内（人工構造物・舗装道路、立入禁止区域）にディスク全体が止まった場合は、1ペナルティーが課せられるので慎重に投げなくてはなりません。

浜村砂丘公園は、浜村温泉街の高台にあるため、360度のパノラマはすばらしく、また、園内全域が芝生化されているため、とても気持ちよくプレーすることができます。

初心者の方ばかりでしたが、風の影響がほとんどなかったため、飛距離も伸ばせ、自然の中で行うディスクゴルフの面白さを実感してもらえたことと思います。

10月30日に、鳥取県民スポーツ・レクリエーション祭が、ここ浜村砂丘公園で開催されます。

是非、たくさんの方に参加いただけたらと思います。

※ディスクゴルフとは、ゴルフボールの代わりにフライングディスクを使用し、バスケット型の専用ゴールに、何投で入れることができるかを競うスポーツです。投げた回数の少ない人が勝となります。

連絡先  
けたかスポーツクラブ事務局  
福田 良子  
TEL:0857-82-1411 FAX:0857-82-1942

## 一般社団法人 山陰リンクの会\*体幹トレーニング&バドミントン教室



平成28年9月11日(日)、倉吉養護学校で「体幹トレーニング」と「バドミントン教室」を開催しました。

指導者には、竹内大生さん・小林寛哉さん(鳥取産業体育館勤務)があたり、当クラブのバドミントン教室に通う小学1年生～5年生の14名が参加しました。

前半は、竹内大生さんによる、ケガをしない体づくりのための「体幹トレーニング」で、ストレッチ・コーディネーショントレーニング・ステップワーク・基礎的筋力トレーニングを教えていただきました。

後半は、小林寛哉さんによる「バドミントン教室」で、オールショート・オールロング、フットワーク、レシーブ、スマッシュのやり方の指導を受けました。

シャトルをラケットで打つ瞬間を見ないで返球する、シャトルの落下点を考えてラケットを構える、とにかく入れる、負けないと言う気持ちで試合に臨むことが大事だということを教えていただきました。

結構ハードな練習でしたが、皆集中が切れることなく、楽しくこなすことができました。

小林さんのスマッシュを1人ずつ受け、そのスピードを体感でき、貴重な体験をしました。

今後も、また指導してもらえる機会があるといいですね。

連絡先

一般社団法人 山陰リンクの会事務局

杉谷 哲治

TEL : 0858-28-3939

## あいだクラブ\*硬式野球教室



平成28年9月18日(日)、会見ドーム(南部町)で硬式野球教室が開催され、町内外の中学3年生が参加しました。

米田政紀監督、山岡コーチら指導の下、故障しない体づくり、精神力を鍛える、体力・技術力の向上のための、基礎トレーニングを中心としたメニューをこなしました。

あいだクラブ恒例のアヒル歩き・股割り・柔軟体操では、あまりのしんどさに全員悶絶。

中学3年生の部活終了後から卒業までの8か月で、心・技・体すべての面で高校野球に通用する土台を築きます。

今年度も、クラブを巣立ち、高校・大学の硬式野球で活躍し、社会人となり地元就職した子ども達や、県外に就職した子どもが帰省した際には、コーチとして関わってくれています。(とても頼もしく嬉しいですね。)

練習終了後にコーチ陣から、「しんどい時こそ大きな声を出すこと。あいだクラブでの練習は週1回だが、この差は必ず出る、ここで学んだことを家で毎日復習してほしい。」とアドバイスをもらいました。(高校で活躍できるよう、日々の練習に励んでほしいですね。)

あいだクラブを担う次世代の人材ができたことはとても嬉しいことです。

連絡先

あいだクラブ事務局

米田 政紀

TEL : 090-9731-8805

# 鳥取県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会からのお知らせ

## ブロック別クラブネットワークアクション2016の開催

日時：〈第1日目〉平成28年11月5日（土）13:00～17:00

〈第2日目〉平成28年11月6日（日） 9:00～12:00

会場：防長苑（山口県市町村職員共済組合施設）

〒753-0077 山口県山口市熊野町4-29 TEL:083-922-3555

内容：11月5日（土） 「地域スポーツクラブへの障がい者スポーツの導入」

情報提供：日本障がい者スポーツ協会

発表者：スポーツライフ'91天城

講演「クラブの運営～市民へのPR・組織運営～」

講師：(株)エフエムきらら 代表取締役 井上 悟 氏

11月6日（日） 講演「スポーツが地域をつくる」

講師：NPO法人出雲スポーツ振興21 専務理事 白枝 淳一 氏

講演「いざという時、クラブは何ができる・・・」

講師：NPO法人A-life なんかん ゼネラルマネジャー 山田 健次 氏

## 西部地区交流会・意見交換会の開催

### ●交流会

日時：平成28年11月26日（土）9:30～（受付）

会場：米子YSPボウル

米子市博労町3丁目176

内容：ボウリング

会費：1,000円（ゲーム代、賞品代）※当日徴収

※靴代250円は別途必要

### ●意見交換会

日時：平成28年11月26日（土） 交流会終了後 移動 12時頃

会場：米子全日空ホテル

カジュアルレストラン「カフェ・イン・ザ・パーク」

会費：1,540円（ランチバイキング）

※65歳以上の方 1,340円

申込先：スポーツしょい大山事務局

〒689-3211 西伯郡大山町御来屋263-1（名和公民館内）

TEL:0859-54-5212 FAX:0859-54-5217

担当：権田 直樹

