

ディフェンスで勝つ

公津の杜中学校男子バスケットボール部

私たち公津の杜中学校男子バスケットボール部は、1・2年生の8人で、月曜日を除く平日の朝と放課後、休日に体育館で活動しています。

チームのモットーは「ディフェンスで勝つ」。メンバーの平均身長があまり高くないため、ゴール下ではどうしても競り負けてしまいます。相手がゴールに近づく前にボールを奪えるように、しっかりマークして相手のドリブルを止める、パスをカットするといったディフェンスを重視しています。

1人が1人の相手をしっかりマークするマンツーマンディフェンスでは、相手に走り負けな体力が不可欠です。そこで私たちが新チームになってから一貫して取り組んでいるのが、体力強化。走り込みと足腰の鍛錬といった基礎練習を中心に、試合を通して走り続けても疲れない体づくりを目指しています。その効果は着実に表れているようで、試合を見に来た家族から「ディフェンスが見えるほど良くなったよ」と言われ、自信につながりました。現在は、相手から奪ったボールをすぐに攻撃につなげられるように、一対一の練習も増やしています。

チームの目標は「印旛都市ベスト8」。1月14

日・15日に、印旛都市の中学校が集まって行われた桜井杯バスケットボール大会では、ベスト8目前で惜しくも敗退してしまいました。4月には、これも印旛都市の大会である相川杯が控えているので、今度こそ目標を達成したいと思っています。



正しいフォームを体に叩き込む



一対一の激しい攻防



やまと 永島 和翔 部長(2年生)

チーム結成時より、部員一人一人にメンバーとしての自覚が出てきた気がして、練習にも気合いが入っています。

クラブ訪問 189

「ソーラン」の掛け声でみんな楽しく

ダブルリンクス  
よさこいW6

私たち「よさこいW6」は、毎月第1・3木曜日に大栄公民館でよさこいソーランを楽しんでいるサークルです。

もともと体育指導員をしていて体を動かすことが好きだった私たち。10年前に初めてよさこいソーランを見て、華やかな衣装や小気味良い鳴子の拍子、威勢の良い掛け声などその格好良さに魅了され、サークルを結成しました。

よさこいソーランの決まり事は2つ。鳴子を持って踊ること、曲に「ソーラン、ソーラ



いつかはオリジナル曲で踊りたいです

ン」などのソーラン節のフレーズを入れること。そのほかは自由で、グループの獨創性を出しやすい踊りです。私たちはまだオリジナル曲を持っていませんが、いつかは曲から作って踊りたいです。指導は、ダンスの振り付け経験のある城之内千恵子先生にお願いしています。メンバーが6人と少ないので、躍動感あふれる動きに見えるように、隊形のバリエーションを増やすなどして工夫しています。振り付けは繰り返しの動きが多く、回数を把握するのに精一杯になり、顔がこわばってしまいがちです。そんなときは先生から「笑顔で」と指示が飛ぶことも。振りを間違えても気にせず、楽しく踊ることを最も大事にしています。

主な発表の場は、秋に開催される公民館まつりと大栄ふるさとふれあいまつりです。元氣な曲調につられてお客さんが手拍子をしてくれることもあり、その反応がとてもうれしいです。力強いよさこいソーランは、見ている人と楽しさを共有できる踊りだと感じています。

練習前の30分間はストレッチに充てるなど、体のケアにも気を配っています。目標はいつまでも「お姉さん」と呼ばれるように若々しくいること。笑顔を忘れずに、長く楽しく踊っていきたいです。



手足を大きく動かすように意識

スクスクのびのび



あおい 勝俣 葵ちゃん(3歳)公津の杜

最近、キックバイクとプリンセスに夢中です

さな 大橋 咲奈ちゃん(1歳)多良貝

遊ぶの大好き♪食べるの大好き♪  
毎日、元氣いっぱいです!!



あおし 戸田 葵士くん(1歳)はなのき台

5月には、お兄ちゃんになります!!

このコーナーには市内在住で5歳までのお子さんの写真を掲載しています。お気に入りの1枚が撮れましたら、ぜひお寄せください。

- 応募方法 お子さんの写真に住所・氏名(ふりがな)・生年月日・親の名前・電話番号・30字程度のコメントを添えて広報課へ
- 応募先 〒286-8585 花崎町760 成田市役所広報課
- 問い合わせ 広報課 ☎20-1503