

「学年を越えて楽しく」……三里塚小学校コートゲームクラブ



わたしたち三里塚小学校コートゲームクラブは、4～6年生の男女28人で活動しています。コートゲームの「コート」はスポーツを行うコートのことを言い、晴れの日には外のグラウンド、雨の日は体育館のコートを使って、ポートボール、ドッジボール、水鬼、増やし鬼、タグ取り鬼ごっこなどさまざまなゲームをしています。コートは、ゲームに合わせて大きさを決め、線を引いたり、目印のコーンを立てたりします。1年間に行うゲームの候補は、あらかじめ4月に決めておきます。全員で、自分が希望するゲームを出し合うので、その数は20近くにも上ります。実際の活動日に行うゲームを決めるのは、その月を担当する学年のメンバーです。

チームで戦うゲームをする時は、4～6年生を混ぜて力が均等になるように分けたチームで行います。今回は、雨のため体育館でドッジボールをすることになりました。敵にボールを当てたり、飛んでくるボールを避けたり、投げるボールのスピードや飛んでくるボールのスリルを味わいながら、時間を忘れて楽しみました。上級生は、下級生を含めた全員が楽しめるように、チームの中で良いプレーが出たときに声を掛けて盛り上げる、あまりボールに触っていない人にも投げる順番を譲ってあげるなどの工夫をしています。

チームのメンバーは1年間変わらないので、ゲームをするたびにチームの絆が深まります。

また、部活動や体育の時間ではあまり体験できないゲームをすることができるので、クラブ活動の時間が早く来ないかと毎回楽しみます。



まず
松村 朱々 部長(6年生)
クラブではいろいろなゲームができて楽しいです。タグ取り鬼ごっこをもう1回やりたいです。



ボールに当たらないように素早く避けて

「誰でも無理なくスポーツで汗を」

健康吹き矢愛好会

わたしたち「健康吹き矢愛好会」は、毎月第1・3日曜日に八生公民館でスポーツ吹き矢を楽しんでいるサークルです。

スポーツ吹き矢は、長さ120センチの細長い筒に入れた矢を息を使って飛ばし、5〜10メートル離れた的に刺して点数を競うスポーツです。的の素材はウレタン製で、矢は円すい状に巻いたビニールフィルムの先端に金属が付いた構造になっています。金属は丸まっているため、万が一に当たっても刺さることはありません。放たれた矢のスピードは、時速100キロ以上。矢が的に刺さるときの爽快感はこの競技一番の魅力で、病みつきになります。

安定して高得点を出すためには、矢を山なりの軌道ではなく一直線に飛ばすことが大切です。そのため鍵を握るのが、腹式呼吸。体に大量の空気を取り込んでから一気に吹くのがコツです。また、腹式呼吸

集中力を高めて

は腹筋を使うのでカロリー消費に効果的。激しい動きはなくても、汗をびっしょりとかくほどです。普段の活動時間は3時間ほどで、個人練習を行います。集



心地よい汗を流しませんか

中力が大切な競技ですが、張りつめた雰囲気でも活動しているわけではありません。手を休めているメンバー同士での会話も楽しみの一つで、世間話や吹き矢の技術談義などで盛り上がりま

す。スポーツ吹き矢には身体能力や腕力が必要ないため、老若男女誰でも気軽に始められます。メンバーの平均年齢は60代後半ですが、みんな生き生き活動していますよ。

7月19日(土)に、午後1時から中央公民館で公開練習を行います。来場者に実際に吹き矢を体験してもらい催しも開催します。興味を持った人がいましたら、ぜひ足を運んでください。



かずき 野田 一貴くん(5歳)橋賀台

かわいい♥笑顔がわが家の癒し!!



かれん 和田 夏蓮ちゃん(1歳)加良部

わが家のアイドル♪人懐こくてみんなにニコニコして手を振っています(^_^)



かえで 藤巻 楓大くん(2歳・左)吾妻

秋山 岳くん(2歳・右)押畑

リモコン持ってるだけでゲームをやっている気分の2人。「楽しいね〜!」

このコーナーには市内在住で満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