

## クラブ訪問

169

### 「感謝の心をチームの和に」…遠山中学校女子バレーボール部



遠山中学校女子バレーボール部は、3年生7人、2年生2人、1年生13人の計22人で活動しています。

平日の朝と放課後の練習は、ほかの部活動と体育館を共有するため、活動スペースが限られています。そのため時間を決めて、レシーブを正確にセッターへ返す、コースを決めてスパイクを打つ、フェイントをしっかり拾うなどの練習を、めりはりをつけて行っています。

土日の活動日は、県大会へ向けて近隣の学校と練習試合を行います。平日にできない守備のフォーメーションや攻撃の戦術などを実践で学びます。どんなボールも必ず拾い次につなげ、スパイクを打ちやすいトスを上げて、得点するという強い気持ちで攻めることを心掛けています。

入部したばかりの1年生は、フットワークを鍛えたりパスの基礎練習を行ったりします。上級生は下級生に、丁寧に分かりやすく教えることを心掛けています。下級生は、背筋を伸ばして話を聞く、あいさつをきちんとする、「はい」と大きく返事をして機敏に動くなどしてやる気を伝えてくれます。

3年生も入部した頃は初心者でした。当時の先輩たちが手本となって、一から指導して下さり、そのおかげで技術面での向上はもちろん、目標に向かい真剣に努力することを学びました。いつもわたしたちの練習を指導してくださる

顧問の先生、練習試合への送迎やお弁当作りなどサポートしてくれる家族への感謝を忘れず、みんなで団結力の強いチームを作りたいです。



スパイクのフォームを教わる1年生



打ちやすいトスを心掛けて



野平 伶奈部長(3年生)

今の目標は県大会出場です。日ごろの練習を自信に、失敗を怖がらず挑戦したいです。

「細く長く続けたい」

わたしたち「ペンサークル楓」は、毎月第1・3木曜日に中央公民館でペン習字を楽しんでいるサークルです。

ペンサークル楓では、荻村玉葉先生あきむら たまはの指導で、先端にインクを付けながら書く昔ながらの「つけペン」「ボールペン」「筆ペン」の練習をしています。課題の文章を書き上げた後、先生に一人ずつ時間をかけて添削してもらいます。添削を受けた後に教室や家で練習を重ね、再び書き上げた課題は毎月行われる審査会に提出します。

美しい字を書くことは、手本をよく見ることだと先生はおっしゃいます。やみくもに枚数を書くよりも、自分の書いたものと手本を見比べて、文字の間隔やバランスを分析し、次に書く時に生かすことが大切です。

また、字を書くときは、集中してゆっくりと丁寧に書くようにしています。焦った気持ちで字を書くと、普段の癖が出てしまいます。その



手本をよく見てゆっくりと

ため、家では静かで集中できる午前中に練習することが多いです。「美しい字を書くようにしたい」「孫に字の書き方を教えたい」「ペ

ペンサークル楓



メンバーは年齢層がさまざま

ン一本で始められる」など始めたきっかけは人によってさまざま。パソコンや携帯電話が普及し、字を書くことが少なくなりましたが、ペン習字を始めて生活に字を書くことが加わり、字を書くことが楽しみになりました。手紙や年賀状などを書くときは、一文字ずつゆっくりと丁寧に心を込めます。送った相手から「字がきれいですね」と褒められることもあります。忙しくなかなかペンを執れないこともあります。これからもペン習字を細く長く続けたいです。

「細いペン先で字を書くことは脳を刺激し、ぼけの防止につながるそうです。皆さんもペンを執って美しい字を書いてみませんか。」



安藤 結人くん(3歳)はなのき台

毎日元気いっぱい。外で遊ぶのが大好きです。



岡田 紗季ちゃん(2歳・右)不動ヶ岡  
千佳ちゃん(8カ月)

元気いっぱいのお姉ちゃんとおっとりした妹。仲良しの2人です。



中村 優ちゃん(11カ月)美郷台

目に映る物すべてに興味津々の毎日です。

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