

あなたの Happy コにある♪
笑顔でつなぐレクリエーション



撮影：柳澤光行

平成 28 年 12 月 3 日（土）、与野本町コミュニティセンターで実技研修会が開催されました。研修会では、自転車についての講義を受講し、日本民踊と 3B 体操を体験しました。自転車の講義をとおして、自転車の種類や乗り方への理解が深まりました。また、実技体験時は、会場に笑顔があふれ、レクリエーションの良さを実感することができました。

目次

- ▶ P2 実技研修会報告
- ▶ P3 救命講習会・第 2 回さいたま国際マラソン報告
- ▶ P4 表彰受賞者紹介・編集後記

編集・発行

さいたま市レクリエーション協会

〒330-9588

さいたま市浦和区常盤 6-4-4

さいたま市スポーツ振興課内

さいたま市レクリエーション協会事務局

TEL 048-829-1731

FAX 048-829-1996

http://www.saitamashi-rec.net



実技研修会報告

日 時 平成 28 年 12 月 3 日(土) 13 時～16 時
場 所 与野本町コミュニティセンター（多目的ルーム 小）

今年度の研修会は、サイクリング（座学）、日本民踊、3B体操（実技）を各団体の講師の指導によりそれぞれ 50 分間実施しました。参加者は 43 名でした。

サイクリングの講習では、自転車の種類、自転車安全利用五則、改正道路交通法、自転車の楽しみ方、スポーツサイクリング、自転車と健康等についての講義を受けました。意外と知らないことが多く大変勉強になりました。

日本民踊では講師の指導のもとに、全員が輪になり、東京音頭、チャラチャン踊り、彩の国音頭の 3 曲を時間いっぱい練習しました。チャラチャン踊り、彩の国音頭はなかなか短時間では覚えきれない状況でした。

最後の 3B 体操はボール、ベル、ベルターの道具を使用する運動で、講師の合図に沿って参加者全員が程よい汗をかき、大いに楽しんだのではないのでしょうか。3B 体操に初めて参加しましたが、年齢に関係なく誰でもできる運動で親しみを感じました。講師を務めていただいた 3 団体の皆様、お疲れさまでした。（記：戸田英男）



撮影：柳澤光行



救命講習会報告

日 時 平成 29 年 2 月 4 日(土) 13 時 30 分～16 時 30 分
場 所 美園コミュニティセンター (第 1・第 2 集会室)

当日は、各加盟団体より女性 27 名・男性 14 名の参加を得て開催され、消防局救急課普及啓発の 4 名の講師から、3 時間に及ぶ懇切丁寧な指導を受けました。講習では人形 10 体を使い、受講者を 4 名 1 組として胸骨圧迫、人工呼吸、AED の扱い方を繰り返し練習しました。

救急車が現場に到着するまで平均して 8 分以上かかり、救急隊が救命処置を開始するまでさらに数分を要するそうです。救急車の到着までに市民が救命処置を行うことができれば、救命の可能性が 2 倍程度になることから、救命処置が非常に重要であることが分かります。

今後とも多くの方に積極的にご参加いただき、救命処置の方法を習得されることを望みます。

(記：戸田英男)



撮影：相原佐代子



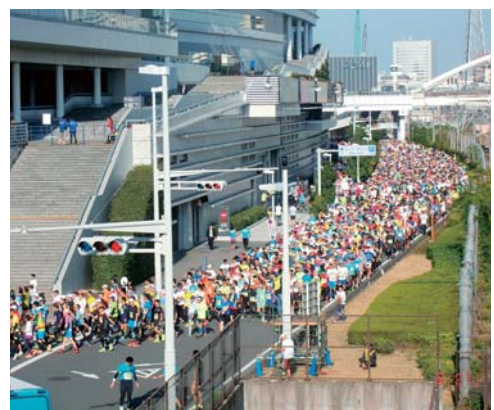
第 2 回さいたま国際マラソン報告

第 2 回さいたま国際マラソンが、平成 28 年 11 月 13 日(日)に開催されました。さいたま新都心をスタートとする「代表チャレンジャーの部」には招待選手を含め 228 人が参加。「一般フルマラソンの部」には、14,182 人がエントリー。「8km の部」には 949 人が参加しました。(なお、前日には、駒場運動公園で「親子ランの部」などのランニングイベント「駒場ファンラン」が行われました。)

昨年と違い、今大会は、ランナーにとっては暑いくらいの晴天に恵まれました。レクリエーション協会加盟の各団体からは、多くの方がボランティアとして沿道警備や給水などのコース整理役員の任に当たっていただきました。14,000 人もものランナーが一斉に走ってくる様は大変壮観なものでした。

早朝より、ボランティアとして参加していただいた皆様、大変お疲れさまでした。ありがとうございました。

(記：畠山清彦)



撮影：相原佐代子・鈴木公代



表彰受賞者紹介

平成 28 年度埼玉県レクリエーション協会功労者表彰



鈴木 花子
(レクリエーション指導者協議会)

平成 28 年度さいたま市体育賞表彰

【体育功労賞】

木村 好子	ウォークラリー協会	近藤 節子	レクリエーション指導者協議会
坂本 俊玄	ソフトバレーボール連盟	横瀬 和子	フォークダンス連絡協議会
栗原 真由美	家庭婦人バレーボール愛好会	都築 仁	グラウンド・ゴルフ協会
時任 敏基	サイクリング連盟	高橋 江里奈	ミニテニス連盟
母袋 武夫	ターゲットバードゴルフ協会	宮下 長四郎	社交ダンス連盟
		宮崎 三津子	ペタンク連盟

【優秀選手賞】

ターゲットバードゴルフ協会

堀江 敏雄 第 25 回関東甲信越ブロック TBG 交流大会 in 茨城
男子シニアの部 準優勝

インディアカ協会

天元 苗村 佳子、久野木 利子、久野木 律子、 栗原 美津子、広瀬 美智子、吉田 洋子	第 12 回全日本インディアカトーナメント シニア女子の部 優勝
HAYATE 瓜生 ヤヨエ、本田 亜依美、本田 智代、 本田 葉子、深山 真依美	第 12 回全日本インディアカトーナメント 女子の部 優勝
HAYATE 小川 光成、菊池 貴志、小坂 清人、 本田 英聡、深山 貴史	第 12 回全日本インディアカトーナメント 男子の部 優勝

ビーチボール協会

メ鯖 石田 利徳、酒井 正樹、柴田 壮史、 高橋 修、松岡 秀和	第 15 回ビーチボール関東大会 男子 40 歳以上の部 優勝
侘助 金子 和子、関根 早耶、関根 栄央、 牧野 友紀、丸山 凡未	第 33 回全国ビーチボール競技大会 女子 18 歳以上の部 準優勝



編集後記

この度、浅子 廣会長が長年にわたりレクリエーションの普及、発展にご尽力されてきた功績により「旭日単光章」を受章されました。このことは私たちレクリエーション活動に携わっている者にとっても大いに勇気づけられることです。これから高齢化を迎えつつある社会に益々レクリエーションの必要性が見直され、市民の方々が気軽に参加し、楽しめる環境を創る事が望まれます。会員皆様のご活躍がより楽しい環境創りに大いに貢献することと期待されます。(記：坂本明玄)

広報委員

畠山清彦 (担当副理事長)、坂本明玄 (委員長)、相原佐代子、小山田力、鈴木公代、柳澤光行