

あなたの Happy コーにある♪
笑顔でつなぐレクリエーション



平成 29 年 12 月 9 日（土）、与野体育館において実技研修会が開催されました。研修会では、インディアカ・ソフトバレーボール・親子体操の 3 種目を体験しました。あまり馴染みのない種目に悪戦苦闘しながらも、会場は参加者の笑顔であふれており、レクリエーションの楽しさを改めて実感できました。

目次

- P 2 実技研修会報告
- P 3 救命講習会・第 3 回さいたま国際マラソン報告
- P 4 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

T E L 048-829-1731

F A X 048-829-1996

<http://www.saitamashi-rec.net>

実技研修会報告

●日 時 平成 29 年 12 月 9 日 (土) 13 時～16 時

●場 所 与野体育館 競技場

今回の実技体験研修では、インディアカ、ソフトバレーボール、親子体操の 3 種目を取り上げました。参加者は 71 名で、各団体の指導により大いに盛り上がり楽しんでおりました。

各種目とも 45 分間とし、初めにインディアカに挑戦。参加者を約 8 名のチームに分け、手の平で 20 cm 程の羽のついた「インディアカボール」を、輪になって落とさないようにラリーを続けるわけですが、これが結構難しく、参加者の皆様は夢中になって楽しんでおりました。

次のソフトバレーボールは、基本的にはバレーボールと同じですが、ボールがソフトなだけに勝手が違い、力の加減が難しかったのですが、ネットを挟んだ対戦は大いに盛り上がりました。

最後の親子体操ですが、名前のとおり親子で体験するのにはピッタリの内容で、短時間にテンポ良く参加者を飽きさせないゲームを織り交ぜて、童心に返ったように楽しませていただきました。

講師を努めていただいた 3 団体の皆様にお礼申し上げます。(記：戸田英男)

インディアカ



ソフトバレーボール



親子体操



救命講習会報告

- 日 時 平成 30 年 2 月 3 日 (土) 13 時 50 分～16 時 50 分
- 場 所 東大宮コミュニティセンター 体育室

当日は、加盟団体から女性30名・男性12名の参加を得て開催し、消防局救急課普及係の指導者5名により、3時間に及ぶ懇切丁寧な指導を受けました。

講習会では、心肺蘇生（胸骨圧迫と人工呼吸）、AEDを使用した電気ショック、気道異物除去の3つを合わせた一次救命処置について学び、特に胸骨圧迫、人工呼吸、AEDの扱い方を繰り返し練習しました。

救急車は現場に到着するまで8分以上かかり、救急隊が傷病者に接触して処置を開始するまでさらに数分要します。救急隊が到着するまでにAEDを用いた救命処置を行うことで、1カ月後の社会復帰率が2倍にもなるとのデータもあり、AEDを積極的に使用することの重要性を明確に感じました。

今後多くの方に積極的に御参加いただき、一次救命処置の重要性を認識するとともに、救命処置の方法を習得されますことを強く望みます。（記：戸田英男）



撮影：柳澤光行

第3回さいたま国際マラソン報告

第3回さいたま国際マラソンが、平成29年11月12日（日）晴天に恵まれ開催されました。昨年と同じさいたまスーパーアリーナをスタート・ゴールとし、「代表チャレンジャーの部」には、招待選手を含む112人が出場。「一般フルマラソンの部」には、約12,300人がエントリーしました。「8kmの部」（駒場運動公園ゴール）には、1,512人が参加しました。

前日の11日（土）には、駒場運動公園内特設コースで1.5kmの「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」が開催されました。

レクリエーション協会加盟団体からは、多くの方がボランティアとして参加し、沿道警備や給水用務などのコース整理役員として頑張っていました。

3部門総勢約14,000人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、ゴールを目指すランナーに、沿道から止むことのない拍手が送られていました。早朝より、ボランティアとして活躍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・撮影：山崎辰雄）



表彰受賞者紹介

平成 29 年度埼玉県レクリエーション協会

功労者表彰



民田 三郎

(レクリエーション指導者協議会)

平成 29 年度さいたま市体育賞表彰

【体育功労賞】

長沢 八重子	(ウォークラリー協会)
須賀 明美	(家庭婦人バレーボール愛好会)
小野崎 繁幸	(サイクリング連盟)
畠山 清彦	(ターゲット・バードゴルフ協会)
峯田 めぐみ	(レクリエーション指導者協議会)
鈴木 朗子	(フォークダンス連絡協議会)
利根川 勝亨	(グラウンド・ゴルフ協会)
木曾 美代子	(ミニテニス連盟)
森田 かよ子	(ビーチボール協会)
大久保 多津子	(ペタンク連盟)

【優秀選手賞】

インディアカ協会

HAYATE 菊池 貴志 本田 英聡 小川 光成 小坂 清人 山端 優希

第13回全日本インディアカトーナメント 男子の部 優勝

ザ・イーズ 中務 志のぶ 本田 美佐子 鳴海 しほ香 柳橋 まゆら 飯盛 彰子 萩原 立子

第40回関東甲信越ブロックインディアカ大会 女子の部 優勝

天元 久野木 利子 苗村 佳子 栗原 美津子 広瀬 美智子 羽村 京子

第40回関東甲信越ブロックインディアカ大会 シニア女子の部 優勝

家庭婦人バレーボール愛好会

SPICE 石塚 明子 村田 八重子 後本 まゆみ 森尻 いづみ 鈴木 喜恵子 永森 佳織
市川 緑 佐藤 都茂子 岡井 直子 横溝 美子 板垣 恵子

第22回全国家庭婦人バレーボールことぶき大会 優勝

大宮公園クラブ 加賀美 浩子 鹿野 由紀子 奥田 久美 渡邊 美保 萩原 紀子 山崎 美香
町田 陽子 菅原 克子 桑原 由紀子 定山 智美 室井 綾子 大久保 敦子
市川 緑 岡井 直子

第7回全国ママさんバレーボール冬季大会 優勝

ビーチボール協会

侘助 関根 早耶 関根 茉央 川島 唯 牧野 友紀 丸山 凡未

第34回全国ビーチボール競技大会 女子18歳以上の部 3位



銅メダル色のお月様

撮影時間：1月31日22時13分15秒

満月が地球の影に完全に入った「皆既月食」がさいたま市でも長い時間見られました。月が赤く見えるのは太陽の光が地球の大気の間を通る際に青い光が散乱して赤い光だけが月面を照らす現象。

(記・撮影：柳澤光行)

編集後記

今年度も、実技研修会・救命講習会に多くの会員の皆様に御参加・御協力いただきました。今後も、皆様が新しいスポーツに挑戦する姿やレクリエーション活動の楽しさを、この広報誌「さいレクだより」を通じて、長く伝えていければ幸いです。(記：鈴木公代)

広報委員

坂本明玄(担当副理事長)、鈴木公代(委員長)、小林美恵子、山崎辰雄、小山田力、柳澤光行