



スポーツ たかもり

第7号

発行所
高森町教育委員会
高森町体育指導委員会
編集人
スポーツたかもり編集委員
印刷所
佐伯総合印刷有限会社
宮地 09672-2-0044

高森壮年チーム優勝!! 第十四回 熊本県ゲートボール大会



おもな内容

- 弓道団体みごと優勝.....2
- 親子ソフトボール大会.....3
- 冬の健康法.....3
- 体力つくりをめざして
各地で春のスポーツ大会.....4
- ホープ紹介.....5
- ファミリースポーツのすすめ.....6



本年度で十四回目を迎える熊本県市町村対抗ゲートボール大会が、五月十日、熊本市で開催されました。

本町からも壮年の部に大谷氏を中心に一チームが参加、菊池・荒尾・玉東・阿蘇を敗り、決勝では熊本市を(二十三対十五)でくだし、みごと初優勝に輝きました。

これは、毎日行われる早朝練習が実を結んだもので「早起きは身体にもいいし、練習にも実がはいりますよ」と話す各氏、今後もスポーツを通じて健康づくりに励んでもらいたいものです。

今日の健康 明日への幸せ 穴見久子(永野原)

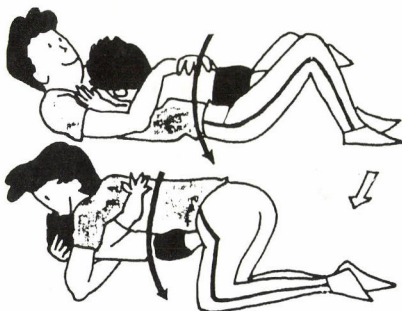
健康は 一生の宝 穴見久子(永野原)

楽しく手軽で 効果のある 親子体操

健康つくり体操



ファミリースポーツの
すすめ
(7)



スポーツ上手になります
◇ゴロゴロ体操

まず初めは、親子体操の準備運動ともいえる「ゴロゴロ体操」です。

「ころがる」ことは、自分の体重をうまく移動させること。このコツを覚えれば、いろいろな運動も自然に上手になります。

横ころがり、でんぐり返し、肩からころがったりと連続してころがったいろいろなありますが、親子で一緒にできる「だっこゴロゴロ」から始めてみましょう。

子どもにとってのスポーツ
幼いうちからスポーツを……といっても一種目に限った動きのくり返しは、あまり良い結果がえられないものです。

大切なのは、幼児期の子どもの自由な、楽しく身体を動かすことによって自分の感覚を確かめ、自然に能力が育っていく……それを見守り手伝ってやることです。運動の基本的な発達著しい幼児期は、後のちまで大きな影響を与えるものです。

みんなのスポーツ
八月号 抜粋

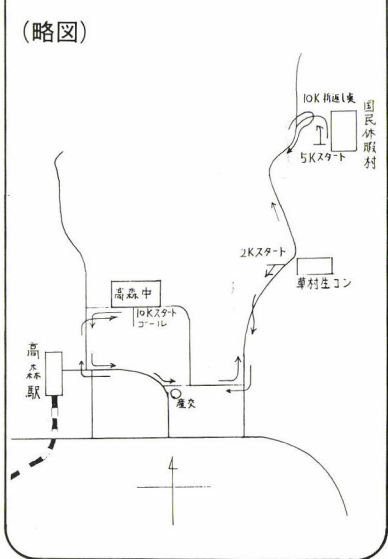
小さい子どもたちは親と一緒に遊ぶことが大好きです。おとうさんやおかあさんにいろいろなことを教えてもらいたいし、教わったことがうまくできたらほめてもらいたい、と思っています。

親子体操の楽しさ——スキップの喜びは、親子だからこそ生まれてくるのです。それは子どもの成長の大切な第一歩でもあります。この喜びを分かち合い、一層楽しくするための体操を紹介しましょう。

第四回
高森町バレー
ボール選手権大会

毎年十二月に行われていたバレーボール大会が、来春三月七日に開催される予定です。地域・職場等チーム編成され、奮って参加されますよう御願いたします。

昭和56年度 第6回南阿蘇国民
休暇村オープン記念マラソン大会



おしらせコーナー
募集!
第6回
休暇村オープン
記念マラソン大会

本年度六回目を迎える休暇村オープン記念マラソン大会が、次のように決定いたしました。多数の参加をお願いいたします。

- 一 日程 昭和56年11月29日(日)
- 二 種目 二km(小男女・中女)
五km(中男・高女・一般男女)
- 三 集合場所
二km 草村生コン前
五km 国民休暇村
十km 高森中学校
- 四 受付
二km、五km 9時50分～10時50分
十km 9時30分～10時30分
当日参加可

ファイト、ファイト 声あわせ みんなと一緒に スポーツを 馬原琴美(野尻小6年)
マラソンを毎日やって 体力づくり 興和文一(野尻小6年)

第三回城北地区サッカー大会が
城北各地から十二チームが参加し
て、八月二十一、二十三日の両日

高森小 初優勝!!

城北地区
サッカー大会



高森町教育委員会では、ファミ
リスポーツの一環として、八月
三十日高森小学校グラウンドにお
いて、親子ソフトボール大会を開
催いたしました。

当日は、六つの小学校が参加し
て、A・Bパートの予選の後決勝戦
をおこないましたが、日頃、あま
りスポーツに縁のないお父さんも
多く、随所に珍プレーがみられ、
一日中笑い声につつまれた大会で
した。

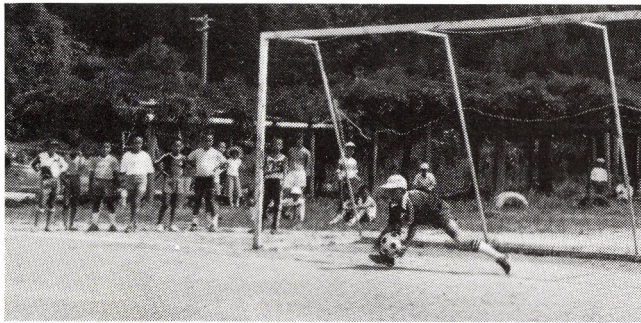
一位 高森小学校
二位 草部北部小学校

高森町で開催されました。

本町から参加した高森小学校チ
ームは、予選を無事通過し、決勝
戦では千田小学校と一対一の後、
延長戦でも決着がつかず、結局ペ
ナルティーキック合戦(四対三)
で初優勝に輝いた。

これは、毎日練習に励んだ選手
や、指導して下さった先生並びに
父兄の協力の賜です。

今後、益々の活躍を期待いたし
ます。



馬原君がっちりキャッチ!!



冬の健康法



草部南部小学校

市来央子

木の葉も色づきははじめ、日一日
と寒さが厳しくなってきました。
寒さにしたが、しだいに活動も
鈍くなり家の中に引きこもりがち
な生活となります。できるだけ戸
外に出て積極的に体を動かしまし
よう。身体を動かすことで血液の
循環がよくなり暖まってきます。
たまりがちなストレスも解消でき
精神衛生にも効果的です。また運
動で出た汗はすぐに拭きとり、体
を冷やさないよう注意しましょう。
寒いからと衣服をただ重ねること
は感心しません。人間には、体温
調節機構という常に一定の体温を
保とうとする働きをもっています。
なかでも子どもは、おとなよりも
体温が高いので、おとなよりも一
枚少なくするぐらいの気持でいい
でしょう。また暖かい日、寒さの
厳しい日等気温を考慮し、それに
応じた衣服の調節に心がけましょ
う。冬といえど何といつても風邪

インフルエンザの流行する季節で
す。風邪やインフルエンザは、細
菌、ウイルスによる上気道からの
感染です。感染を予防するための
方法として予防接種をしておくの
もよいでしょうが、それよりもま
ず、自ら健康を守る積極的姿勢
を常日頃から持つておくことが必
要です。それには十分な休養と好
き、嫌いをせずバランスのとれた
栄養で体力をつけておくこと、外
出後の手洗い、うがいを励行しま
しょう。冬は暖房器具を使うため
空気が汚れやすく、ウイルスや細
菌の繁殖に好条件となります。ま
た二酸化炭素や一酸化炭素による
中毒の危険性もありますので、定
期的に窓を開け換気をしましょう。
冬は夏に比べ汗や汚れが少ないた
め清潔ということを忘れがちです
が、体は常に新陳代謝しています。
下着や身体の清潔にも心がけてく
ださい。

体力つくりをめざして各地で春のスポーツ大会

野尻地区

スポーツ大会

野尻地区スポーツ大会は、五月三十一日、ソフトボール（十チーム、四十五歳以上四チーム）・バレーボール（五チーム）・ゲートボール（十チーム）を集めて開催されました。

支部体協のスポーツ大会としては非常に種目も多く、地区民全員参加を目標に、益々大きな大会になるように期待します。

尚、結果は次のとおり。

ソフトボール 一位 津留
（四十五歳以上）
バレーボール 一位 津留
一位 河原
ゲートボール 一位 河原

上色見では40歳以上

ソフトボール大会

至る、五月三十一日、上色見では、壮年を対象にソフトボール大会が行われました。

試合は、年齢の為か珍プレーの続出、それでも「まだまだ若い者には負けん」と張り切るお父さんは、何と最高年齢六十四歳。

また、試合後芝生の上で行う懇親会を楽しみに参加している人も多いようで、非常に意義のあるスポーツ大会でした。

一位 大村
二位 前原東



熱戦に湧く

草部支部球技大会



四月二十九日予定された春の大会が雨のため延期されていたが、農作業も一段落した六月七日、会員からの強い要望もあって、真夏を思わせる強い日射しの下に、四〇〇名の参加を見て賑やかに幕が開けられた。

本田嘉達副支部長の開会宣言に始まり、後藤萬蔵新支部長の挨拶、古庄前支部長より七年に亘る地区住民の方の御協力を感謝する旨の挨拶、甲斐二誠体協副会長より新・旧支部長の紹介と、七年に及ぶ古庄前支部長の労をねぎらう挨拶の後、競技に入り、男子ソフトボール（三百才）はA、Bパートに分れ、白熱した試合が展開されたが

Aパート勝者役場チームと、Bパート勝者中Bチームの決勝戦となり、投打において僅かに勝った役場チームが一点差で逃げ切り優勝をなし遂げた。

女子バレーボールは草部フレンズチームが、昨年春、秋優勝の強豪永野原チームを破って初優勝を飾った。

農繁期のため、練習の暇もなくぶつけ本番の組も多かったため、何十対ゼロから一点を争うゲームまであったが、若葉映える吉見の森に終日歓声がこだまし、地域の和と健康を図る有意義な一日が終った。

高森Aチーム

二度目の

優勝!!

第七回郡青年団ソフトボール大会が、五月三十一日（日）波野村営グラウンドで行われた。

本町からも男子（二チーム）女子（一チーム）が参加し、男子の部では、一昨年に続き高森Aチームが二度目の優勝をかざった。

「今回は、ずばぬけた選手もいませんし、チームワークの勝利です」と、野尻英雄監督は話しています。



今後、多方面に活躍されることを期待いたします。

けんこうは 一人ひとりが たいせつに 伊藤サトミ（野尻小3年）
さあとお出そう 朝のジョギング サイクリング

栗焼朋博（野尻小5年）