

昭島体操誕生

昭島体操は、体指として準備体操の指導をするとき、どんな体操をするか悩まないように昭島独自の体操を作ろうと、平成2年6月に当時のフアミリースポーツ委員会が検討を始め、平成3年4月に作成を開始、平成4年6月にカセットテープに曲と、解説を入れ、小冊子を作り完成しました。

昭島体操には研修や講習で身につけたストレッチや遊び心も取り入れて、動きも全身に行きわたるように組み合わせました。平成11年12月に解説を入れ直し、現在に至っています。

自己研修の対面練習では右側から始める動きがなかなかできずに大変でしたが、自分達の体操が作れた喜びでいっぱいでした。

現在、市民体育大会の開会式や地域の運動会など、いろいろな場面で実施しています。昭島体操に出会うことがありましたら、ぜひ体操を楽しんでいただきたいと思えます。(この文は体育指導委員OBの中根信子さんに執筆していただきました)

体育指導委員になって

上見 好子

体育指導委員になって3年(2期目)。沢山の行事があり多くの方々と触れ合う機会がありました。

毎年、立川市の体育指導委員とのスポーツ交流会があり、なぜか?今年度はソフボールにしよう!と盛り上がっていました。

実は、私がソフボールのピッチャー経験があり、ここで10年前にソフボールで立川市に負けたという思いとともに「ベンジ!」という事になってしまったのです。当時のことはよく知りませんが、「勝たなければ!」というプレッシャーとの戦いにその日まで付き合うことになってしまいました。

もちろん、勝つための試合であり、3対2と一点差ではありましたが見事リベンジを果たしました。先輩方は大変喜んでくださいました。体育指導委員になって初めて役に立てたような気がした一日でした。

体育指導委員1年生

棚田 昭一

この原稿が活字になって皆さんの手元に届くのは春で、私が市役所から体育指導委員(以下体指)へのお誘いがあって早いもので約1年が経過します。

体指の目的、役割、仕事等々何も知らない私に声がかかったのは「健康そうな身体と時間のある人」という事だろうと直感しました。

普段から私にできる事は何か、お役に立てる事は何かと考えていたので、ご説明後、お受けするのに時間は掛かりませんでした。

実務に入って思うことは想像以上に忙しいことです。市主催の行事への参加は当然として、富士見丘小地区委員会への参加、協力が加わります。忙しい分人との出会いも増え喜んでいきます。

体指は行政と市民のパイプ役指導者であり、協力者であるとの話を先輩から聞いた時、私にできる事、お役に立てる事への一部の答えが見つかるかもしれないと思いました。

今後文部科学省の「スポーツ振興基本計画」(H12年策定)や東京都が考える「生涯スポーツ社会の実現」がいろいろ昭島市で具体化された時、

総合型地域スポーツクラブの立ち上げが住居地区、学区地区、その他市民、企業とのパイプ役になる勉強を今してお

かないと間に合わないでしょう。

良い「機会」を与えてくれた!この機会に少子高齢化社会の中で私のできる事に立てる事は何かをもう一度見直してみようと考えた一年でした。

今後とも宜しくお願いします。

編集後記

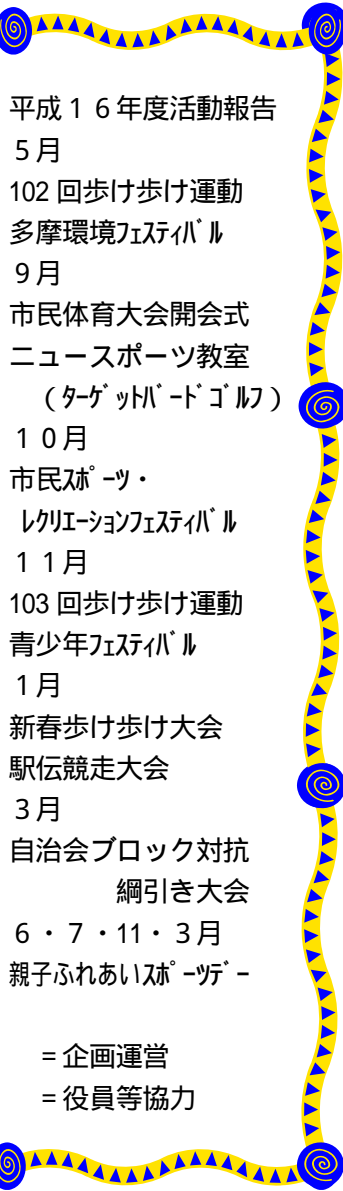
矢澤 敏臣

昭島市体育指導委員は発足以来44年の歴史があります。そんな中、初めての体育指導委員だよりを発行することになりました。その創刊号の編集を担当したのは5名です。記事の内容、紙面の形態、発行日、発行回数、発行部数などを決めていく中「だより」の名称についての検討時間が一番長く掛かりました。

名称の決め手は「体指の思い」です。「daiyouスポーツ!!」とはスポーツは楽しいですよ。という事を広く市民の皆さんに知って頂ける一石になってもらいたいと思います。

体指の活動PR、体指が協力又は企画する各種イベントの情報発信、その結果報告等を記事として取り上げ市民の皆さんから喜ばれる紙面にしていきたいです。

編集委員 柳・奥秋・小林・上見・矢澤



- 平成16年度活動報告
- 5月
- 102 回歩け歩け運動多摩環境フェスティバル
- 9月
- 市民体育大会開会式
- ニュースポーツ教室 (ターゲットゴルフ)
- 10月
- 市民スポーツ・レクリエーションフェスティバル
- 11月
- 103 回歩け歩け運動青少年フェスティバル
- 1月
- 新春歩け歩け大会
- 駅伝競走大会
- 3月
- 自治会ブロック対抗綱引き大会
- 6・7・11・3月
- 親子ふれあいスポーツフェスティバル

= 企画運営
= 役員等協力

