

常任理事会報告

第48期第6回常任理事会は、10月15日(木)県連事務所において常任理事8名の参加(1名はZOOM参加)で開かれました。

<報告事項> レジユメに沿って報告されました。

- ・ウォーキング 9/18加曽利貝塚ウォーキング (12名)
10/16佐倉城下町散策 (15名)
- ・ミックスバレー 11/15の板橋区との交流大会
16チーム確定
- ・卓球 10/10個人戦
- ・テニス 雨天中止
- ・野球 関東大会でK's 決勝進出(準優勝)
- ・50周年記念の座談会を開催

<連絡事項>

- ・ウォーキング 11/20神奈川ウォーキング競技会と合同で銚子に
- ・ミックスバレーボール 11/15 板橋区と交流大会
- ・卓球 12/26千葉市公園体育館 ダブルス大会開催
- ・ランニング 12/13検見川クロカン開催予定
10/31全国ランニングセンター総会

<協議事項>

1. 千葉県連盟50周年記念行事の開催の可否について理事全員に意見を伺う葉書アンケート結果について

アンケート結果をもとに4役会議で協議し、本常任理事会でも協議した結果、延期を決定する。

*年度が変わっても、「50周年記念」として開催する

2. 対県・対市交渉について

コロナ禍の元、署名活動が遅れている。昨年度の半数を目標にして、本腰を入れて集約活動に取り組む

具体的な交渉課題を明らかにしながら、それを会員にも示し、会員の協力を得る

*スポーツセンター体育館の修繕問題

*優先使用について

*テニスコートの改修 など

千葉県：11月中旬

千葉市：12月下旬

で調整。

3. スポーツ庁の補助金の申請期間が延長(11月末まで)されたことについて

4. その他

・SportsNet千葉11月号の内容について

・全国連盟のホームページでAmazonのリンクを貼り、アフィリエイト広告を行っている。

購入はそこから・・・

・県連盟ホームページにメール機能を持たせることについて

スポーツアラカルト

四頭筋を強化しています

若い頃、両足の「半月板」を損傷し、後遺症治療の為4年ほど前からリハビリ治療を行っています。先日の診察時に主治医から「久しぶりにレントゲン撮影をやりましょう。」と指示があり、撮影後にX線写真を見ながらこんなアドバイスを受けた。「この膝の状態では普通の人なら15分位しか歩けないでしょうね。ただ、膝周辺の筋肉が非常に良い状態ですので更に四頭筋を鍛え『テニス』を続けられるようにしましょうか。」

テニスの試合では往々にして一試合3時間も走る時があります。更に、これから冬になると膝は痛くなり、階段の上り下りがきつくなります。

私は次のような四頭筋のトレーニングを毎日行いながら2カ月が経ちましたが、走る、歩く、曲げるなどがとても楽になってきました。

主治医からも「半月板の周りが以前より良い

状態ですよ。」と言われ内心ほくそえんでいます。たいしたトレーニングではありませんが、私なりの方法を説明します。

1) 腰を下ろし両足をそろえまっすぐ伸ばします。

2) 両手を下ろして床に着けます。

3) 足の「つま先」をまっすぐ伸ばします。時間は8呼吸間くらい。この時はゆっくり力を抜いて楽にします

4) 足を伸ばしたまま「つま先」をまっすぐに立てます。

足首が直角になるようにします。時間は8呼吸間くらい。膝の周辺に力がいり硬くなります。

5) 以上の動作を20回くらい続けます。

6) 一日2回ほど行っています。

皆さんの中でよい体験がありましたら、県連盟事務所迄ご連絡ください。「SportsNetちば」の紙上にも紹介し、色々交流し、試してみたいと願っています。

テニス協議会 富田 澄喜子

常任理事会報告

第47期第12回常任理事会

2月20日(木) 県連事務所において常任理事8名の参加で開かれた。

<報告・連絡事項>

ランニング 5/24(日)開催のリレーマラソンは225チームの申し込み。

ミックスバレー 試合会場を確保。5/3、2021/1/11松山下8/9、11/15磯辺で開催。

卓球 1/25冬季大会は締切日前に定員に達した。

テニス チーム対抗、春季大会、男子シニア大会を実施。

サッカー 1/26、2/16リーグ戦実施。

野球 2/16審判講習会は雨天のため座学のみとなった。

空手 冬季大会の受付開始。

スキー 2020/2/8-10志賀高原にてスキー祭典。51名参加。

<協議事項>

- ・種目別協議会との懇談を行ったが総会までに検証する。
- ・財政について、事業収入に頼った形でのよいのか、会費値上げも検討せざるを得ないか他県等の状況も見ながら検討していく。
- ・総会準備に向けてタイムスケジュールも含めて検討した。
- ・ひろば誌の郵送料金請求を実態に合わせ値上げの提案をしていく。総会に諮ることとした。
- ・Sports Netちばの執筆順番の調整。
- ・千葉県連盟50周年記念行事を11/14(土)に行う。穴川コミュニティセンター多目的室。
- ・郵便局の払込取扱票が有料化されるにあたり、各協議会に意向を打診することとした。
- ・全国の取り組み① 今年7月に予定されている反核・平和1800kmマラソンに向けて、1/16宇都宮から東京・夢の島80kmの現地調査を実施。歩道がないところもあるなど課題を全国に提案していく。
- ・全国の取り組み② 千葉県で行われる全国スポーツ祭典はミックスバレーボール、テニス、野球。それぞれ会場を確保した。個別の支援は不要だが、宿泊の確保について要請あり。

スポーツアラカルト

テニスとバレーボールの関係色々

現在私は競技テニスと家庭婦人バレーボール(9人制)をしています。

テニスは個人スポーツ(自分次第で結果が出る)、バレーボールは団体スポーツ(チーム全員で結果を出す)です。

以前は学生時代からプレーしているバレーボールは好きではありませんでした。

家庭婦人バレーを始めて十数年、ある時ハッと思った事。バレーは一人頑張っても点は取れない!取れるのはサービスエースのみ。アタックで決められるのは先ずレシーブ続いてトスと2人の力を借りないとポイントは取れない!チームメンバーのお陰でポイントを決める事が出来た!チームメンバーへの感謝に遅まきながら気が付いた時、バレーボールってなんて素晴らしいスポーツだろうと思いました。他にこういうスポーツは無いですね。

テニスは壮年になって始めたスポーツ。バレーのような訳にはいかずのめり込んでしまいました。

シングルスが好きだったので自分次第で勝敗は決まる!対戦相手との駆け引き(相手の心を壊す)も楽しく、技術向上練習は嘘を付かない!自分に必ず跳ね返って来るのが楽しい。無理をしなければ同じ年代の人達と80代になっても楽しめる良さがあり

ます。

両方の楽しさ・良さに気が付いたら両方とも出来るうちは辞めないと思う様になりました。

さて、調べてみるとテニスとバレーは深く因縁があるスポーツのようです。

テニスの発祥は紀元前エジプトに壁画が残されておりスポーツとしてではなく、宗教的な意味を持っていたようです。

その後11~12世紀のフランスで当時貴族が手で打ち合っていたが、痛いので後にラケットが誕生。16世紀イギリスに渡りロイヤルテニスとして競技される様になりました。

テニスと名付けられたのは色々な説があるが、フランス語で「つかむ」Tenir(トゥニール)→Tenez(トゥネ)。Tenirの命令形、相手に何かを差し出す際に言う「ほら」「さあ」「そら」の意味を持ち、サーブを打つ際に相手に向かって「さあいくよ」の掛け声をしていたことからテニスへと変化したようです。

バレーボールの発祥は、1895年ミントネットとしてアメリカで生まれ1896年にバレーボールと改名しました。VOLLEYBALLはテニスのVOLLEY(ボールを地面につく前に打ち返すこと)をヒントにして名付けられました。

まだまだ調べてみると成程と思う事項が有るのですが、この続きはまた次の機会に!!

常任理事 吉田 嬌子