

皆さんにこんなこと聞きました!

- ①このスポーツを始めてどれくらい?
- ②始めたきっかけ
- ③練習の頻度
- ④今、特に強化していること
- ⑤魅力・面白さとは?
- ⑥そのほかいろいろ

茨戸漕艇場では定期的にボートの説明・講習会をやっていますので、ぜひ体験してほしいです!

さとう しょうた
佐藤 翔太さん

石狩翔陽高等学校ボート部

- ①2年。
- ②高校に入ったら新しいことを始めようと思い、せっかくなら翔陽高校でしかできないことをしたいと思って。
- ③週6回。1日の乗艇(ボートに乗り水上に出る時間)は1時間ほど。
- ④今は2人乗りの艇に乗っているのですが、パートナーとの呼吸を合わせることを一番に考え、練習しています。
- ⑤バスケットボールやサッカーなどもチームワークが大切ですが、ボートという競技こそ、仲間全員が完全に同じ動きをしないと勝てないスポーツで、そこが面白いです。



なぐも ひさみ
南雲 久弥さん

石狩翔陽高等学校ボート部

- ①2年。
- ②「翔陽高校のボート部は強い」と聞いていて、実際に体験したら楽しかったので始めました。
- ③週6回2時間程度。
- ④全国大会に向けてストレッチをし、けがをしないように心がけています。
- ⑤子どもからお年寄りまで楽しめるところが魅力的。また大会で勝ったときの喜びが、他のスポーツと比べて大きいので、もっと多くの人にボートを知ってもらい、茨戸川でこいでもらいたい!

ボート

バレーボール

はらぶち なち
原 梨智さん

花川南バレーボール少年団

- ①約4年。
- ②スポーツが好きで、見学をしたとき「やってみたい」と思ったから。
- ③週5回2時間半。
- ④仲間との声のかけ合いを大事にしてプレーへつなげる。
- ⑤6人で協力してつなげて相手のコートに攻撃をすることがバレーボールの面白さです。
- ⑥いろいろな試合があるので、練習や大会の様子をぜひ一度見に来てください!



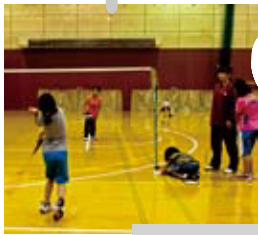
あかま たかと
赤間 飛斗さん

花川南バレーボール少年団

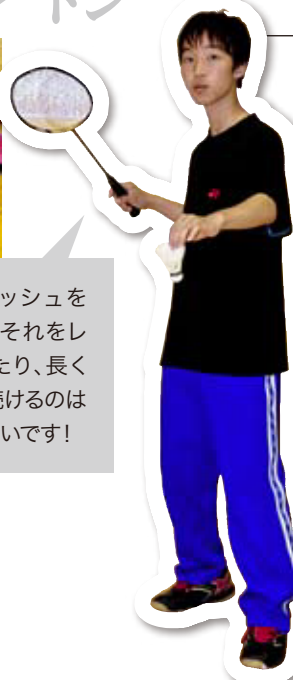
- ①約2年。
- ②プロのプレーを見てから興味が湧きました。
- ③週4、5回2時間半。
- ④強打の技を強くするため、レシーブを強化しています。
- ⑤チームで協力して相手のコートに返し、決まったらうれしい。そこが魅力でもあるし面白さでもある。
- ⑥バレーボールに興味のある方は、体験に来てください。



バドミントン



早いスマッシュを打ったり、それをレシーブしたり、長くラリーを続けるのはすごく面白いです!



みやき しゅう
宮木 脩さん

石狩Jr.バドミントンクラブ

- ① 2年4カ月。
- ② 中学1年生のとき、部活動オリエンテーションを見て先輩たちのプレーに感動したから。
- ③ 週6、7回2~3時間程度。
- ④ レシーブに磨きをかけるため、ラケットを早く出すトレーニングをしています。
- ⑤ バドミントンは、僕の知の中で球技最速のスポーツ。コートの中で激しく動き回る感覚は最高です。

はまや しづえ
濱谷 志都江さん

石狩ミニバスケットボール「紅南クラブ」(指導者)

- ① 38年4カ月。
- ② 中学生のとき、友人に誘われてなんとなく入部。始めてのことはばかりですが楽しくかったです。特に相手との駆け引きが楽しかった!
- ③ 現役の時は1年365日のうち360日は練習。今は週2回2時間程度。
- ④ 今年からまたクラブチームに復帰しました。ミニバスのボールは小さいので、シュートの感覚を取り戻すためにも常に公式の大きいボールに触れるようにしています。
- ⑤ 「今、ここに来てほしい!」と思うタイミングで走り込んで来る一。そんなふうにはチームの気持ちがひとつになってプレーができる。ハードなスポーツですが、そこが楽しいです。
- ⑥ 石狩ミニバス「紅南クラブ」は、8月18・19日の2次リーグに参加し、9月のサーモンマラソンにも出場する予定です。よく卒団生たちが遊びに来てくれて、これからも「いつでも帰ることができる」少年団であり続けたいです。



おの でら ゆうり
小野寺 悠李さん

石狩Jr.バドミントンクラブ

- ① 2年3カ月。
- ② 学校の部活動紹介を見て、やってみたく思ったから。
- ③ 週6回。
- ④ スマッシュを速くするためにトレーニングをしています。
- ⑤ バドミントンは人それぞれの性格が出てくるので面白いスポーツだと思います。
- ⑥ 秋に石狩市民体育大会があります。



良いボールが入ったときには「よし!」と福原愛ちゃんのように声を出して楽しんでいます!

8/5に千歳市でスポーツフェスタの大会があり、石狩からは2チーム出場します。優勝目指して頑張ります!

すすき よしこ
鈴木 好子さん

石狩ファイターズ

- ① 36年目(下の娘が2歳になった時、始めました)。
- ② 中学の時バレーボールをやっていたのですが、隣で卓球部の人たちが楽しそうにやっていたのを思い出して。
- ③ 週5回2時間程度。
- ④ ラケットのラバーを半年前に替えたので、まずは数多く練習をしています。レシーブは良くなってきましたが、攻撃が難しいので課題は多いですね。
- ⑤ 卓球は生活の一部です。どこの体育館に行っても中高年の愛好者が本当に多く楽しんでやっています。若い人はスピードとパワーを武器に、私たちは長年の経験と若者に負けない気持ちでそれなりに…。



みずの みえこ
水野 美恵子さん

石狩ファイターズ

- ① 約50年。中学・高校・短大、さらにママさんになってもしっかりと続けてきました!
- ② 中学のクラブ活動。
- ③ 週2回2時間程度。
- ④ 年齢のせいか、どうしてもせっかちになってしまうので、「ゆっくり」を心がけています。
- ⑤ 相手によって攻め方を変えるところ。精神的なものが大きく作用するため難しさもありますが、思い通りにできたときはうれしいですね。

卓球