



シルバーフェニックス(開進第三小)と  
すずしろ(開進第四小)の6年生メンバー



練馬ボッチャクラブの皆さん

# キャッチバレーボール

## キャッチバレーボールとは?

ルールはバレーボールとほぼ同じですが、レシーブする際は両手でキャッチする、トスやスパイクは両手で、サービスは片手で投げるところが大きく異なります。

キャッチバレーボールは練馬区発祥のスポーツで、50年以上の歴史があります。昭和45年、当時の小竹小学校長や体育教諭らが「男子の野球やサッカーのように、女子がみんな楽しめるスポーツ」として「ネットボール」をもとにルールなどを構築。年々、手を加えながら正式な競技として整備し、平成2年ごろに名前もキャッチバレーボールと改めました。現在は小学生の部、中学生～25歳の女子で構成されるヤングの部、一般男子・女子の部があり、区民スポーツ大会も開催されています。

まだ全国や都レベルの組織やチームがないため、大会は区内で完結しますし、競技者や監督、審判、運営もほぼ全員が区民です。子どもたちが競技に打ち込み、保護者たちがさまざまな面で支え、活動の場をつくっているという構図こそ、地域スポーツとしての、キャッチバレーボールの大きな特徴かもしれません。

練馬区キャッチバレーボール協会  
理事長 石川雅敏さん

将来、オリンピックに  
出られるように  
これからも頑張ります!



# 柔道



全国少年柔道大会団体戦  
3位のメンバー

豆腐柔道クラブは平成27年2月に大泉学園に道場を開きました。それから9年、今年5月の全国少年柔道大会では団体戦3位になり、2人が技術優秀賞を頂くまでになりました。自主性を重んじた指導が特徴で、稽古ではこと細かく指示を出しません。自分の頭で考えて、今何をすべきかを判断してもらいたからです。実際、上級生たちはその意図をくんで、自らの稽古だけでなく、下級生の指導などもしています。教え子の苦手なところは見つけやすいですが、それよりも、個々の良いところを育て、その子なりの100点を見つけることを心がけています。スポーツを続けていくと、勝負に負けたり、練習で自分を追い込んだりといった、つらいこともあります。それに負けない**芯の強い人に育ってほしい**です。

練馬ボッチャクラブ  
小原明子さん

豆腐柔道クラブ  
講師 早坂佑馬さん

## 8/28 水 ユニバーサルスポーツフェスティバル

### 練馬区ボッチャ交流大会2024を観戦しよう!

障害のある方を中心に編成された15チームの試合をお楽しみください。ゲストにボッチャ選手の宮原陸人さん(あいおいニッセイ同和損害保険株)(=写真)が出演します。また、競技用車いすの試乗ができます。  
▶日時:8月28日(水)午後1時～4時15分▶場所:光が丘体育館▶持ち物:上履き▶申込:当日会場へ▶問合せ:スポーツ振興課振興係☎5984-1948 FAX 5984-1228

平成25年に、ボッチャを身近なところで作るべく、このクラブを立ち上げました。小学校や特別支援学校の授業で取り上げられたり、日本の代表選手が国際大会で活躍したりして知名度が上がり、今では小学生からシニア、障害のある人ない人、誰もが一緒にできるスポーツとして人気です。ボッチャは誰もが同じ道具とルールでプレーできます。フェアにプレーするという共社会そのもののスポーツともいえます。また、頭脳プレーでありチーム力も必要で、団体戦ではチームの中で話し合わないとうまくいきません。その分、初対面の人も会話生まれやすく、感情を共有できるのも楽しいですね。障害の有無に関係なく、チームを組んで出られるような大会が練馬区にはないので、今後できるとうれしいです。

## 今こそねりまでスポーツをやってみよう!

●初めてでも安心! 初心者スポーツ教室  
初めての方を対象に、基礎的なことを中心に指導します。武道や球技、水泳などさまざまなスポーツを体験できます。



種目	対象	日時	場所	定員(抽選)	費用
1 アーチERY	15歳以上の方(中学生を除く)	9/4~10/9の毎水曜10:00~12:00【6日制】	総合体育館	各20名	2,000円
2 弓道	小学生以上	9/7~10/12の毎土曜13:00~15:00【6日制】※9/28は10:00~12:00。			
3 空手道	15歳以上の方(中学生を除く)	9/7~10/12の毎土曜16:00~18:00【6日制】	上石神井体育館		222円
4 卓球	15歳以上の方(中学生を除く)	9/11~10/16の毎水曜10:00~12:00【6日制】	総合体育館	25名	500円

※124は用具の貸し出しあり。  
▶申込:区ホームページまたは往復ハガキで①教室名(1~4)の別も②住所③氏名(ふりがな)④生年月日(学生は学年も)⑤性別⑥電話番号⑦用具の貸し出し希望の有無(14)のみ。1は利き手も)を、8月13日(必着)までに〒176-8501区役所内スポーツ振興課事業係☎5984-1947

●ニュースポーツの用具が借りられる!  
ニュースポーツとは「いつでも」「どこでも」「だれでも」楽しめるレクリエーション性の高いスポーツです。スポーツ振興課(区役所本庁舎8階)で用具を貸し出しています。  
▶申込:電話でスポーツ振興課振興係☎5984-1948



15種目の用具を貸し出し  
グラウンド・ゴルフ、スポーツチャンバラ、ソフトバレーボール、ターゲット・バードゴルフ、ドッチビー、ネオホッケー、輪投げ、手のひら健康バレー、ラダーゲッター、ディスクゴルフ、マグダーツ、インディアカ、ラケットテニス、ティーボール、ボッチャ

●充実のスポーツ施設!  
区内には、体育館やプール、トレーニング室、運動場など、さまざまなスポーツができる施設が数多くあります。利用方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。  
▶問合せ:スポーツ振興課運営調整係☎5984-1660



光が丘体育館トレーニング室 三原台温水プール 練馬総合運動場公園

## 抽選で1名に三宅義信さんサイン色紙をプレゼント!

▶申込:区ホームページまたはハガキで①プレゼント②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤ねりま区報の感想や紙面で取り上げてほしいことを、8月20日(必着)までに〒176-8501区役所内広報係へ ※当選の方へ、9月以降に発送します。



好きな言葉「根性」を書いていただきました