

# ゆいゆうスポーツ ひかり **光**

編集・光市スポーツ推進委員協議会／発行・光市教育委員会体育課  
光市光井9-18-4 光市スポーツ館内

Tel 0833-74-3605 Fax 0833-72-4850

シリーズ  
ニュースポーツ

## ラダーゲッター



### ラダーゲッター とは

- ・紐でつながれた2個のボールをラダー(はしご)に向けて投げ、ラダーに引っ掛けると得点となるとても簡単なルール of スポーツ・レクリエーションです。
- ・ラダーには、下から1点、2点、3点と点数がついています。
- ・年齢や人数に合わせてルールをいろいろ工夫できます。3世代交流も可能です。
- ・子ども達には集中力と計算力を養い、高齢な方々には投げる、歩く、計算するといったことが自然に生まれることから、介護予防の効果も期待されます。

方法1 3つのラダーに全て引っ掛けた後にラダーの周りを1周して座るまでのタイムを競います。

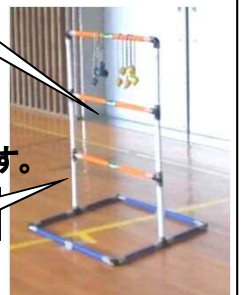
方法2 引っ掛けたボールの合計を競い合います。

方法3 競技者に応じて、ラダーまでの距離を変えたり制限時間を変えたりします。

ラダーゲッターは、個人でも団体でも競技することができる、楽しいニュースポーツです。

ボール

ラダー



今年度も出前講座を募集します。小さいお子さんから高齢な方まで、だれでも気軽にできるラダーゲッターを出前講座で体験してみませんか。体育課では、その他のニュースポーツも併せて募集しています。申し込みをお待ちしています。問い合わせ先 光市教育委員会体育課 0833-74-3605



# 第20回梅まつりコバルト・ウォーク開催

## 令和2年2月22日(土)実施

小雨が降る中、市内外より多くの参加をいただき、光市総合体育館から13Kmを皮切りに8Km・6Kmのコースを順次スタートしました。傘やカッパの花が咲き、足元の悪い中でしたが、皆さん足取りも軽くゴールを目指しました。途中、雨も上がり日差しが差し込む中、更に皆さんの足取りも軽やかになっていきました。

## コース別参加人員

6Kmコース	146名参加
8Kmコース	158名参加
13Kmコース	128名参加
合計	432名参加



雨の中出発だ～



サア～完歩するぞ～



やれやれ着いたぞ～



梅小町お出迎え



やったー当たった！梅小鉢



天気も回復したゴールの冠梅広場では、梅小町も皆さんをお出迎え。参加賞は、温泉入浴券・お食事券・完歩証・大会参加記念ワッペン・ミニタオル。そして特産品が当たるお楽しみくじを引き、イベントを更に盛り上げました。参加された皆様、大変お疲れさまでした。来年も2月に開催いたしますので、皆さんの元気な姿にお会いできる日を楽しみにしております。



**【東京2020オリンピックの聖火リレーの延期について】**  
新型コロナウイルスの感染拡大の影響により、5月14日に光市役所前で予定されていた聖火リレーは延期となりました。今後の日程については詳細が決定次第お知らせします。

## 新型コロナウイルスの感染を食い止めよう！！！！

新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。  
イベントや集会で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。

- ① 換気の悪い **密閉空間**
- ② 多数が集まる **密集場所**
- ③ 間近で会話や発声をする **密接場面**



<厚生労働省詳細ページ>

# 令和元年 光市スポーツ優秀選手受賞者紹介

2月13日、光市民ホールにて「令和元年光市スポーツ優秀選手表彰式」が行われました。

この賞は、年間に行われた全国大会で1位から3位、中国大会・山口県大会で1位となった選手に贈られます。各賞の受賞者をご紹介します。

## 金賞 全国大会1位から3位 12名



中本 尚志 (フェンシング：3位)  
山田 葉七 (ソフトテニス：2位)  
泉 梨乃 (セーリング：1位)  
田村 優衣 (セーリング：1位)  
飯田 滯 (セーリング：1位)  
中津 美香 (セーリング：1位)  
梅野真紗子 (セーリング：1位)  
兼清 笑歌 (バドミントン：3位)  
八木 遥香 (卓球：2位)  
平岡 勇人 (バスケットボール：3位)  
仲山 大輝 (陸上：1位)  
片川 淳 (ボディビル：2位)

## 銀賞 中国大会1位 19名



平井 智大 (ソフトテニス)  
畠中 翼 (サッカー)  
藏重 みう (陸上)  
中村 林伽 (新体操)  
藤本 桃加 (バスケットボール)  
高部百々花 (バスケットボール)  
上川 柴乃 (バスケットボール)  
岩永 光織 (バスケットボール)  
平井 探希 (バドミントン)  
福字涼太郎 (陸上)  
沖田 悠介 (陸上)  
藤原 朋美 (弓道)  
高管 峻 (セーリング)  
有田 功樹 (セーリング)  
金盛 智志 (硬式野球)  
山口 智史 (テニス)  
丸岡 紗也 (ソフトテニス)  
藤本 正洋 (陸上)  
松藤 仁 (陸上)

## 銅賞 山口県大会1位 91名が受賞されました。

おめでとうございます！

スポーツで元気きらめく”わ”のまちひかり！



# 令和2年度主要行事予定

★10月10日(土)  
ビーチランHikari  
《虹ヶ浜特設コース》

★11月28日(土)  
光市スポーツフェスタ  
《光市総合体育館》

★1月17日(日)  
第66回光市駅伝競走大会  
《光市総合体育館スタート・ゴール》

★10月11日(日)  
光市市民体育大会(競技スポーツ大会の部)  
《各会場》

★12月12日(土)  
光市小学生駅伝競走大会  
《大和総合運動公園》

★2月20日(土)  
第21回梅まつりバルト・ウォーク  
《総合体育館スタート 冠山総合公園ゴール》

★出前講座(希望する日・会場)

一緒にニュースポーツをしませんか?参加申し込みを随時募集しています!



## お世話になります／お世話になりました

光市のスポーツ行政に関わる職員の異動がありましたのでご紹介します。

この度、4月1日付で体育課に配属となりました木下と申します。持ち前のフレッシュさを発揮し、皆さんと楽しくスポーツの普及・啓発に努めてまいりたいと思いますので、どうぞよろしく願いいたします。木下 凌



2年間大変お世話になりました。体育課では、イベントを運営する側の大変さを実感し、また違う視点でスポーツを感じることができました。異動にはなりましたが、今後も楽しいイベントのお手伝いをさせていただきたいと思っております。

松本 僚太郎



「御隠居さん、こんちわ、」  
「おや、八つあん。おっと、家に入る前に手洗っとくれ」

「えれえコトになりましたねえ」

「ああ、やはり病なあ、いろんな事が取り止めに なったり先送りになったりしてな」

「ホントですよ、お奉行様も」日延べ猶予は相ならぬ」なんて言っていたのに言う事コロツと変わっちゃって、ダイヤモンド長屋も、えれえ騒ぎだったんですから。ん、御隠居さん、えらく落ち着いてますね」

「まあ、私みたいに日頃から信心をしてるとな、胆も座るてえもんだ。」

「へえ」

「それになココに身延山久遠寺でもらってきた毒消しの護符があるからナ、これをこう雪といっしよに(飲むマネをする)」

「鰻沢だよ、この冬は雪少なかったでしょ、雪なんてないですよ!」

「ドン、ドン(太鼓の音)」

※鰻沢 落語の演目、三遊亭圓朝が

「卵酒、鉄砲、毒消しの護符」の  
三題話で作った

(諸説あり)

「笑うという、脳にとっての混乱・無秩序状態は、眠るのと同じ効果をもたらします。」

養老孟司(解剖学者)

”笑い”で免疫力を上げましょう

