

ワイスポ通信

感染拡大で4月25日から中断、7月から活動を再開！

新型コロナウイルス感染拡大により、3回目の緊急事態宣言が発令されたため、令和3年4月25日～6月30日までワイスポ活動を中断していたが、7月から再開されることとなった。

7月からの再開にあたっては、今まで以上に感染防止対策を徹底し1日も早く「安全・安心」に活動できるよう、参加者の皆さんと共に、協力して取り組むこととなった。

令和3年度のワイスポ活動が4月から再開されたが、コロナの感染拡大により4月25日から3回目の緊急事態宣言が発令され、ワイワイススポーツクラブも活動を中断することとなった。

6月20日に解除されたが、事務局会議に於いて検討され、7月から活動を再開することとなった。活動の再開に合わせ、会員の募集も行うこととなり準備が進められた。

また、5月から「新型コロナウイルスワクチン接種」が開始され土曜日・日曜日で行われる集団接種会場が小学校体育館で実施される事となった。

定期曜日開催を行っている種目について、やむなく中止したり開催日の変更をしたりすることとなり、参加者に迷惑をかけることとなった。

開催日の変更は、ワイスポホームページのワイスポカレンダーなど新着情報を確認し参加していたこととなった。

受付での感染防止対策の様子！

開催場所の受付では、参加者全員の体温測定・手指の消毒・マスク着用の確認が行われていた。

また、使用する器具類も指導者と一緒に参加者が協力し丁寧に消毒された後、各種種目が開始されていた。



5向小で受付を担当する中井会長(上)と向陽小の受付で参加者の検温を行う受付スタッフ(右)



「コロナ禍での運動不足解消をワイスポで！」

向陽小「陸上」



グラウンドでは、指導者により「スピードラダー」と「ミニハードル」等の準備がされる様子

グラウンドで開催された陸上では、子ども達が来る前に指導者により準備が行われた。

「ミニハードル」は、速く走る基本を体で覚えるトレーニングとなり

「スピードラダー」は、脳の指令を筋肉に伝える速度を上げることを目的として利用されている。これらの基本となるトレーニングを行った子ども達は、50メートルのタイムトライアルを行った。

自分のタイムに満足した子ども達は嬉しそうにガッツポーズを！



指導者の指示に従い「ミニハードル」(上)と「スピードラダー」(右)のトレーニングを行う子ども達



「ダイエットボクシング」



ゴムバンドを使ってのストレッチ(上)と「うんこスポンジ」を握ってのシャドーボクシング(左)

小体育室では「ダイエットボクシング」が行われていた。

指導者が用意した「ゴムバンド」でのストレッチに続き「うんこスポンジ」を両手に持ちパンチを繰り出すタイミングで握り込むなどの軽快な基本動作で汗を流した。

大体育室では「インディアカ」が試合形式で行われ、参加者は、「コロナ禍で運動不足となり『ワイスポ』が再開され、やっと運動が出来るようになるができて、大変うれしく思っている。」と話していた。

「インディアカ」



久しぶりの「インディアカ」のゲームで体を動かす楽しみを味わっている参加者

サッカーボウリングを楽しむ！



サッカーボウリング(右)への挑戦権を得るためミニコーンを狙ってボールを蹴る子ども達(上)

子ども達は、何度も何度も汗だくになりながら挑戦を繰り返して、楽しんでいました。



指導者は、倒された10個のミニコーン
 第5向陽小学校のグラウンドで行われたサッカーでは、子ども達のキックの正確さを上げるため、サッカーボウリングが行われていた。
 ルールは、ミニコーンにボールをキックして当てた人がサッカーボウリングに挑戦できるというものである。
 ボウリングへの挑戦は、1回だけのキックで、再挑戦するにはミニコーンにボールを当てなければならぬというもの。

を何度も立てて子ども達を楽しませていた。
 また、キックの正確さを上げるためのサイドキックの蹴り方を丁寧に指導されていた。
 10個のミニコーンはなかなか倒すことはできないが、数個でも倒れば嬉しそうに、全然当たらず外れてしまい残念そうな表情で再挑戦に向かう子どももいた。



「日替わりスポーツ」
 体育館では「ドッジビー」が行われたがこの日は、参加者が少なく「的当てゲーム」を指導者と楽しんだ。
 初めは、指導者とドッジビーで基本となるキャッチボールをし、投げ方を習得した後に行われた。椅子の上に積まれた、ミニコーンを離れたところからドッジビーを当てて落とすゲームである。なかなか当たらないが、何度も繰り返し楽しそうに、挑戦を繰り返していた。

新型コロナウイルス感染拡大防止に協力を！

「安心・安全」にスポーツが出来る日を迎えるには、1日でも早くコロナ感染拡大を終息させるしかありません。皆様方一人一人のご協力により、感染拡大防止対策を徹底して行い「感染しない・させない」行動をとることと思います。

また、コロナワクチンの集団接種が始まり、会場となる小学校体育館などでの種目が、中止となったり開催日が変わる事が有りますのでご注意願います。

ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

直近の情報は「ワイスポホームページ」でご確認ください！

マスクの着用と手の消毒が一番有効とのことです。

大変暑い日が続きます。熱中症に注意して下さい！

定期的な水分補給を行い、熱中症にならないよう注意してください！

水分補給には、ミネラルなどが含まれるスポーツドリンクが有効と言われています！



ワイスポ事務局への連絡先
 ワイスポ開催時
 受付スタッフに直接
 電話での問い合わせ
 公益財団法人
 向日市スポーツ文化協会
 TEL 932-5011
 (向日市民体育館内)

〈新型コロナウイルス感染にご注意！〉

新型コロナウイルス感染症が拡大しています。感染しないよう対策をしっかり行い、乗り切りましょう！



古都のむこう 魅力のふるさと