

中央体育館クラブレター

兵庫区
北本区
北神区

平成24年度
3月25日発行（春号）
第17号

第2回 あじさいロードレース

神戸スポーツの力！
神戸より愛をこめて



平成25年1月19日(土)にスポーツクラブ21ひょうご全県スポーツ大会「第2回あじさいロードレース」が開催されました。

参加者合計1189名

1000名を超えるランナーが参加し、神戸総合型地域スポーツクラブから180名を超えるボランティアスタッフが協力がありました。今大会は兵庫県立神戸鈴蘭台高等学校和太鼓

部・ダンス同好会と兵庫県立大学チアリーディング部による、レース中の応援とその合間のイベント実施で、あじさいロードレースを一層盛り上げることが出来ました。また、北区の方々の協力により、選手やボランティアスタッフが豚汁の炊き出しもあり、温かな雰囲気の中で大会となりました。

大会結果はひょうご広域スポーツセンターのホームページにてご確認下さい。



表彰式の様子



大体大カップ



STORKS CUP



キッズチアダンスクリニック



バスケットボールクリニック

神戸バスケットボールまつり

3月20日(祝・水) 開催!



クリニック集合写真

季節の変わりりで不安定な曇り空、この日中央体育館は『神戸バスケットボールまつり』で熱くなっています。兵庫県で活躍するプロバスケットボールチーム「兵庫ストークス」の協力のもと、一般募集のチームに選手がヘッドコーチとして参加した『STORKS CUP』や大阪体育大学の学生企画バスケットボール以外で選手に挑戦『大体大カップ』を行い選手と一緒に白熱したゲームが楽しめました！

午後からは『バスケットボールクリニック』『キッズチアダンスクリニック』が行われ、100名以上の小学生が普段体験できないトップ選手による指導やレッスンを受けることができました。

当日は、そのほかにもすぐに参加できるイベント『体力測定』『フリースローチャレンジ』



フリースローチャレンジ



クラブフラッグ贈呈式

神戸総合型地域スポーツクラブフラッグ贈呈式

チャレンジ』や貴重なユニフォームが間近で見れる『アスリートサロン』などがお披露目され、まさにバスケットボール一色に染まった1日となりました。

スポーツ安全講習会

1月26日に第5回目となるスポーツ安全講習会を実施しました。今回は『腰痛予防改善講習会』というテーマで服部鍼灸コンディショニンググループ院長の服部祐介先生をお招きし、腰痛はなぜ起こってしまうのか、またその改善・予防はどうしたらいいのか、ということを講義と実技で実施しました。参加者は20名となり大変盛況に行われました。先生か

ら『腰は被害者。加害者は肩甲骨』という説明がされると、皆さんなるほど、という様子で話に耳を傾けられていました。



第5回スポーツ安全講習会

市民スポーツセミナー

平成24年度市民スポーツセミナーとして、スポーツサイエンスコース4講座、スポーツビギナーコース2講座が開催されました。スポーツサイエンスコースで行われた「転倒予防への科学的エビデンスと実践応用」では転倒が起こるメカニズムとそれを予防するためのトレーニングを講義と実技を交



スポーツサイエンスコース

えて講習をしていただきました。今後は3月30日(土)に「スポーツメンタルトレーニングの基礎―練習に活かすSMT―」を開催します。メンタルトレーニングの方法やその効果について興味があるという方は是非ご参加下さい。

市民救命士講習会

平成25年2月11日(月・祝)に市民救命士講習会を開催しました。今回の講習会は普通救命コースIを行い、人工呼吸や胸骨圧迫(心臓マッサージ)などの応急手当てを行う心肺蘇生法(CPR)とAEDの使い

ますので、是非体育館のホームページ等でチェックしてみてください！

の講習会を行い、三角巾の使い方と包帯法について講習を行いました。いずれの講習会も参加して頂いた方には神戸市消防局より受講修了証が発行されます。平成25年度も中央体育館で市民救命士講習会を実施する予定をしており、スポーツクラブへの出張指導も随時承っています。自分の身近な大切な方々が、もし倒れたら？そんなときでも慌てず適切な処置ができるように、訓練をしておきましょう！



ケガの手当コースの様子



普通救命コース I の様子

平成24年度 地域スポーツクラブ兵庫区 ドッジボール交流大会 平成25年3月9日(土)

今年で5回目となる兵庫区の地域スポーツクラブによるドッジボール大会『神戸総合型地域スポーツクラブ兵庫区ドッジボール交流大会』が3月9日中央体育館にて実施されました。この日は寒さの和らいだ

一日となり、兵庫区内10クラブから30チーム・総勢450名もの子どもたちがドッジボールを通して楽しく交流をしました。特に今大会は昨年に比べ低学年(1、2年生)の参加が多くなり、小さな身体で精一杯ボールをキャッチしていました！また、高学年の部(5、6年生)では大人顔負けの迫力ある試合が繰り広げられ見ごたえのある大会となりました。

地域スポーツクラブが中心となり、スポーツクラブ間の交流を促進してきましたが、区内では新たにドッジボールのクラブが作られ、大会に向けた練習会が開かれるなど交流大会と

しても盛り上がりを見せ、しつかりと根付いてきております。(大会結果は順位一覧のとおり…記事左)

兵庫区地域スポーツクラブ ドッジボール大会順位一覧

高学年の部

順位	クラブ名	チーム名
1	会下山WaiWaiクラブ	会下山おにぎりーズ
2	スポーツ倶楽部めいしん	めいしんファイターズ
3	夢野の丘スポーツクラブ	鯉球魂

中学年の部

順位	クラブ名	チーム名
1	夢野の丘スポーツクラブ	鯉球魂 ジュニア
2	水木スポーツクラブ	水木少年野球部Bチーム
3	会下山WaiWaiクラブ	会下山カツドン

低学年の部

順位	クラブ名	チーム名
1	水木スポーツクラブ	水木C
2	夢野の丘スポーツクラブ	鯉球魂 キッズ
3	兵庫大崎まわやかスポーツクラブ	トレンドマッシュ



ドッジボール 迫力の決勝戦

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
発行：神戸市立中央体育館
〒650-0017
神戸市中央区楠町4-1-1
Tel 341-7971
Fax 341-7974
HP <http://www.kobecg.jp/>
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆