

子どもカルチャー事業  
(名和公民館)  
『スマイルダッシュ教室』

5月29日、子どもカルチャー事業『スマイルダッシュ教室』を名和中学校体育館で名和小学校1〜3年生を対象に行いました。

講師に元インターハイチャンピオンで、現在は米子でかけっこ教室を開催している是澤菜々子さんをお迎えして、足が速くなるトレーニングの指導を受けました。



▲スタートのコツを聞き、実際に試してみる児童たち

はじめに行ったトレーニングは音楽のリズムに合わせてゴム板を様々なステップで飛びました。足の運び方とテンポが合わず、足がもつれるなど、みんな苦戦しながらも一生懸命頑張っていました。

つぎにスタートの練習です。利き足を調べ、正しいフォームを教わりました。よーい、ドンと同時に利き足を前に出すための体重のかけ方を知り児童たちは「今まで何も考えていなかった。」「スタートが早くなった。」とフォームの大切さを学びました。

最後の全員リレーは、走ることに楽しさを満喫したようでキラキラとした笑顔で終了しました。

名和公民館では今後もスポーツを題材にした事業を、企画します。



▲足が速くなった人〜？  
全員「は〜い！！」

是澤さんのコメント

「運動神経は遺伝ではありません。育てるものです。適切な時期に適切なトレーニングをすることで運動能力は育ちます。走る力を育てるとさまざまなスポーツで活躍ができます。」

第1回大山町まるごと講座 (名和公民館)  
『御来屋の魚 魅力追究』

5月23日、大山町まるごと講座を『御来屋の魚 魅力追究』と題し、御来屋漁村センターで行いました。

講師にお魚センターみくりやの角尚諭店長をお迎えし、アジとカレイの干物づくりを体験しました。「プロの業」を伝授していただき、分かりやすい説明と鮮やかな手さばきに参加の皆さんは始終納得された様子で、質問タイムにはたくさん手が上がりました。



▲講師の手元を真剣に見る参加者



▲カレイのウロコとエラをとってきれいに洗います

当日は魚を捌くところから塩水に浸けるまでを体験しました。参加者の中には、普段は料理をしないという方もおられ「魚を捌くのが難しかった」という声もありましたが、「家でもやってみます」「またやってほしい」などの声が聞かれ、人数を制限しての開催でしたが、有意義な講座となりました。