



2年生による「二人で一人ブンブン」(成東小)



応援スタイル「エッサッサ」は、気持ちの高まりと筋力の動きでたくましさ表現し、やっぱり親には勝てないPTA綱引き親子が懸命に競技に取り組みました(蓮沼中)

秋の大運動会盛大に!

市内の小学校で開催

運動会シーズンに突入し、9月の第1週から4週目にかけて、市内の各小中学校で盛大に行われました。

蓮沼中学校の体育祭(9月6日)

蓮沼中学校では、夏休みから応援団が練習に取り組み、応援団を中心とした体育祭が6日に行われました。全校生徒数129人の少人数で「迫力の足りない分、少ないなりの特徴を出していきたい」と校長先生は話していました。

成東小学校の運動会(9月13日)

9月に入り涼しさを少し感じたあとの気温30℃を越える暑さの中、成東小学校の運動会がスタート。成長著しい我が子の競技姿を追ってカメラマンが大勢。今年開校100周年を迎える大運動会は盛大に行われました。

バランスカアップで元気!

おたっしや運動教室

65歳以上の方を対象に、筋力・バランス感覚などの運動能力を向上させようと始まったおたっしや運動教室。さんぶの森元気館で開催の教室に、17人の皆さんが参加し、9月から毎週水曜日の3か月間、筋力トレーニングなどのメニューを学んでいきます。初日の9月3日は体力測定から始まり、日ごろの運動不足を数値にみて思わず声に出す参加者も。車を運転しない奥さんのため「足代わりに二人で参加しました」というご夫婦や、元気館のプールで毎日泳いでいる73歳の男性は、「山登りで鍛えた足腰の体力回復のための運動をしたい」と、参加した理由はさまざま。数か月後の結果に期待は大きいようです。



笑顔で運動



ひじは肩と同じ高さにあげて!

風を切るランナー目指して

ナイター陸上教室

3年生以上の小学生と、中学生・一般を含めて開催するナイター陸上教室は、成東総合運動公園陸上競技場で行われています。9月5日から新人4人を加えて、約40人の教室を主宰するのは体育協会陸上競技部の浅野さんと渡辺さんです。「楽しみながら新しい体の動きをすることが早く走れるコツ、特段速く走れなくとも自信を持つことで運動嫌いをなくしたい」という想いから、5年ほど前から指導を続けてきました。教室は城西国際大学の学生さんら8人のお手伝いもあり、毎週金曜日の夜7時から開催しています。