

THE SWIMMING MINATO



2023年6月1日

水泳みなと

港区水泳協会

第 105 号

発行

港区水泳協会

広報委員会

〒105-0023 東京都港区芝浦1-16-1

港区体育協会内

港区水泳協会

TEL 080-4773-2055

Enjoy Swimming !!



協会からのお知らせ

2023年度定期総会が5月8日（月）スポーツセンター 4階第3会議室において森会長、会員、指導員が出席し、林理事長の議長のもと総会が開催されました。

このたび林理事長は一身上の都合により辞任されることになり、新理事長として荒山万寿一氏が選出されました。

また今年度の規制改定により、副理事長には、花村房子、中村明子の両氏が選出されました。これからも各水泳教室の安全はもとより、水泳大会のより充実した運営に努めてまいります。皆様のご協力を心よりお願い申し上げます。

理事長就任のご挨拶



皆様におかれましては、時下ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。
令和5年度「港区水泳協会総会」にて理事長の大任を拝しました荒山万寿一と申します。

当協会は2024年創立50周年を迎えます。皆様に支えられた港区民水泳競技大会・水泳教室・指導員養成講習会など又、当協会の永い歴史の軌跡と会員一同の熱い思いを受け継ぎ邁進して参ります。

昨年は3年振りに「第45回港区民水泳競技大会」開催の運びとなり今年度も5月より大会開催に向けた準備をしております。多くのスイマーの方々よりエントリーを心よりお待ちしております。

今後とも、なお一層の御指導とご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

荒山 万寿一

令和5年度ジュニア育成地域推進事業

ジュニア育成 水泳教室

実施予定日 全16回
10月～1月
キスポーツに掲載



東京都体育協会、港区体育協会が区内におけるジュニアスポーツの普及とジュニア選手の発掘、育成強化を目的とした事業を実施しています。港区から活躍できる選手を多く輩出できるよう取り組んでいます。年々参加者も増え、大会にも出場したり魅力ある事業です。

港区から活躍できる
水泳選手を
めざそう!!



江原騎士選手 ワンポイントスイミング教室

2022年6月30日
アクアフィールド芝公園
プール開き前日

リオデジャネイロオリンピック4×200mリレー銅メダリストである江原騎士選手のスイムワンポイントレッスンが開催されました。

実際に自由形やクイックターンの模範演技を披露してくださり、きれいなフォーム、楽に速く泳げる秘訣等教えて頂きました。

参加された児童、成人の方々もオリンピックを目の前に指導を受け、練習に励みました。

記念にサイン入り色紙をプレゼントして頂き、素晴らしい日となりました。

ありがとうございました。



港区水泳協会

教室特集

水泳は、老若男女様々な方に楽しんでもらえるスポーツです。協会の指導員も個々に他資格を取得して活躍しております。

水が怖いお子様から4泳法目指し、さらにスピードを競い、大会に出場する児童の育成もしています。

成人の方もレベルに合った指導を行なっています。

今回は各担当の責任者指導員からのメッセージを頂きご紹介致します。

興味のある方は、お友達をお誘い合わせの上、ご参加下さることを指導員一同心よりお待ちしております。

成人教室

荒山万寿一

朝9時20分、水泳愛好家の皆様方がスポーツセンターに参集致します。毎週、火曜日・木曜日、成人水泳教室の始まりです。金曜日開催の成人水泳教室は午後3時30分から開始致します。

20有余年水泳を楽しむベテランの生徒さん、マスターズ水泳大会等に参加するご友人と切磋琢磨する選手の皆様、クロールを綺麗に長く泳ぐことを目標とする生徒さん又、四種目の泳法をマスターすることを目標とする等、皆様方の水泳に対する熱い気持ちが伝わってきます。

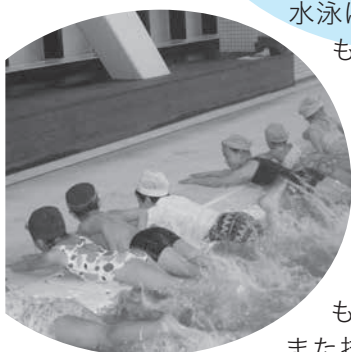
今後とも指導員一同、皆様方の熱い気持ちに応えるよう努めて参ります。



こども教室 花村房子

水泳は年齢に関係なく誰でも楽しみながら出来る運動です。健康保持、増進に効果的で、水中の抵抗、浮力、水圧を利用することで身体の負担が少なく心肺機能を高め、筋力も鍛える事が出来ます。

また技術を身につけることにより水難からも身を守ることもできます。『Withコロナ社会』で新しい生活様式に変化していく中、人と人との繋がりの大切さが今とても求められております。港区水泳協会はこれまでも安全で丁寧な指導をしております。水泳を通して絆を深め、健康で楽しい毎日を過ごせるよう尽力して参ります。



健康増進クラス

私はこのクラス担当の井出富美子と申します。身体は動かして動き続ける、健康一番は人生の楽しみを連れてくると言う年齢になりました。どのようなことをしているか？

- 深くて大きな呼吸、丁寧な関節ケア、各部のマッサージ
- 歩く、飛ぶ、跳ねる、ゆるジョギング、手を叩き、腕を振って息堪え、浮く沈む、用具を使ってキック、初歩の泳ぎ

それぞれの体調に合わせ

せて入水、退水はご自由です。思いのほか短く感じられるようになります。また、男性の方も大歓迎です。勇気を出して是非ご参加ください。

心よりお待ちしております。



日本泳法クラス 中村恵子



この講座は日本水泳連盟が公認する13流派の日本泳法のうちの「水府流太田派」を実施しています。明治初期に水府流を水戸の那珂川で修得した太田捨蔵が東京墨田川の浜町河岸で道場を開き、各流の長を採り短を補って游泳を教授しました。東京高等師範学校（現筑波大学）で採用され、学んだ学生が教師として全国各地に赴任、その結果全国に広まったと言われています。泳法は扇足をうい主に横泳9種、平泳5種、立泳3種があり、飛込、水中技等々もあります。施設の關係で主に3体を練習しています。受講の方々は各自の目標にむかって、日々努力し技の向上を目指しています。



スピードを競う現代の泳法に加え、新たな泳ぎの世界に触れ、体得し健康増進にも役立つものと思えます。



横泳、平泳、立泳、飛込、潜行の技術を使い、海川など自然の中で対応できる泳ぎです。競泳とは違う水との関わり方を知る・命を守る泳ぎを孫に伝えた・スピードのほかに年齢や体力に応じた技術の習得目標を達成できる喜び・皆真剣に楽しく競技会目指しています。

港区水泳協会主催の教室について

水泳教室参加申し込み方法

- ① 募集掲載
キスポー卜毎年2月号(2/5発送)
- ② 申し込み方法
往復はがきにクラス、参加者名
*申し込み期日厳守のこと
- ③ 選考方法
年毎に抽選
- ④ 参加費振り込み
*3月中旬に抽選結果送付。
抽選結果ははがきにてご案内。
- ⑤ 注意事項
4〜5月教室参加決定者は、10月以降の教室へ継続対象。改めて抽選することなく教室参加が可能。
*欠員があった場合はその都度募集。
*コロナ感染症の状況により、受け入れ人数は変動。
*二期継続の方の振込期間
9月1日〜9月10日

問い合わせ

● とも水泳教室
0800・4773・2055
(SMS対応) (木) 不可
担当：花村

● 成人教室

日本泳法、成人教室及び健康増進に興味があり、入会ご希望の方は、下記にお問い合わせ下さい。お待ち申し上げます。
0800・5499・0108
担当：荒山



― 編集後記 ―

コロナもだいぶ落ち着いて、5月8日より5類感染症になりました。昨年は3年ぶりに水泳大会も開催されました。

今年はいよいよ競技も加わり、さらに活気あふれる大会になるのではないかとワクワクしております。引き続き感染対策を徹底させ、安全には十分気を付けて指導してまいります。

今後ともご支援ご協力をお願い申し上げます。

尚、各教室は、6月から9月までお休みとなります。

広報委員会 青木 麻有美

櫻田 琴

☆ 水泳協会年間予定行事 ☆

- 成人水泳教室 (火・木曜日)
- 9時30分〜11時30分
- 成人水泳教室 (金曜日)
- 15時30分〜16時30分
- 日本泳法水泳教室 (火曜日)
- 9時30分〜11時30分
- 健康増進水泳教室 (火曜日)
- 9時30分〜11時30分
- 子ども水泳教室 (水・金曜日)
- 水曜日 Bクラス
- 15時35分〜16時35分
- 水曜日 Cクラス
- 16時35分〜17時35分
- 金曜日 Dクラス
- 15時35分〜16時35分
- 金曜日 Eクラス
- 16時35分〜17時35分
- Jクラス
- 16時〜18時
- 各種水泳教室新規受付
- 2月5日号のキスポー卜掲載
- 成人教室においては空きがあまりましたら随時募集しておりますので奮ってご参加下さい。
- 指導員養成講習会
- 10月〜11月 (7回)
- 7月16日 (日)
- 港区民水泳競技大会
- 都民体育大会港区予選会
- 都民生涯スポーツ大会港区選考会
- 7月17日 (月)
- 都民体育大会水泳競技大会参加
- 都民生涯スポーツ水泳競技大会参加
- 8月27日 (日)
- 港区体育祭参加
- 申し込み問い合わせ
- 港区水泳協会
- 〒105-0002
- 港区芝浦1-16-1 港区体育協会内
- TEL 0800・4773・2055
- (SMS対応可)