

目次

- P1 会長挨拶
- P2 2018 ジュニア・マスタートース水泳大会
- P3 30年度杉並区水泳連盟事業計画
- P4.5 杉水連指導員報告
- P6 杉水連指導員養成講習会・検定試験案内等



第71回
杉並区民体育祭 夏季大会
水泳競技会
連日の猛暑から一転、雨天での開催になりました。
(次号で特集記事を掲載いたします。)
於 和田堀公園プール

連盟の危機的状況

杉並区水泳連盟会長 森田 恒世

杉並区水泳連盟の事業を展開するに当たっては、絶対的な連盟員の「人数」が不可欠です。

ところがここ数年にわたり、競技役員不足、派遣指導員不足が顕著にみられ、各担当部署ではその割り振りに頭を抱えているのが現状です。特に水泳大会の運営にあたっては、競技役員の人数を確保できるかできないかが連盟の生命線と言っても過言ではありませんが、最近は毎回参加団体からの協力を得ないとスムーズな運営ができません。必要な競技役員はおおよそ50名程度でしょうが、その内の十数名は各参加団体をお願いしている次第です。連盟員の皆様は毎年5月の第二日曜日と9月の第一日曜日は、競技役員として万障繰り合わせの上参加していただき、連盟員だけで競技役員を賄えるよう熱く希望します。

理事の皆様はそれぞれに危機感を抱いているものの、構成員である連盟員にまでその辺が今一つ伝わっていないことも一因かもしれませんし、30年前には120名以上いた連盟員が現在では70~80名に減っていることも事実です。

派遣指導員不足に関しては、今年度事業として「指導員養成講習会・検定」を12月に予定し、何とか一人でも多くの指導員を増やすべく計画していますのでお知り合いの志願者がいましたら是非ご勧誘ください。この事業により連盟員20名増を期待していますが、いずれにしても絶対的な連盟員の「人数」をもっと増やしていく事が急務と感じます。

先日「山口県で行方不明の男の子(2歳)元気に救出」とのニュースが流れ日本中が「良かった」と胸をなで下ろしました。救出したのは尾畠さんというボランティアで、大分から急きょ山口まで駆け付け、尾畠さんなりの嗅覚で発見したようです。その後の報道によると各地でボランティア活動をし、被災地では真のボランティアとして先頭きって活躍しているようです。

(2頁へ)

(1 頁よりつづき)

このようなストイック的活動は頭の下がる行動ですが、だれもができることではないと思います。ボランティア活動の意味をもう少し拡大解釈し、助けを求めている人、どうしていいか困っている人、誰かに相談を求めている人、等々の人がいたならば採算を考えないでの手助け、アドバイス、相談等々でその行動が相手に感謝される行動であれば、これもボランティア活動と考えて良いのではないのでしょうか。

古来より「文武両道」の言葉があるように知育と体育は「人」を形成する上で両輪を担っています。水泳連盟はこの体育を担う一部門ですが、水を媒体とした運動は近年増々多様化しています。「水泳大会に出たい」「速く泳ぎたい」「泳げる様になりたい」「溺れないようになりたい」「水中運動をしたい」「リハビリをしたい」・・・多種による区民への要望に答えられる様、私たちも各々スキルアップして皆様に喜んでいただけるような連盟作りをし、おおいにボランティア活動をしていきましょう。

2018 ジュニア・マスターズ水泳大会



5月13日(日)高井戸温水プールに於いて、2018 ジュニア・マスターズ大会が開催されました。個人種目数延べ524人の参加者で行われました。

昨年よりも、ジュニアの参加者の減少がありましたが、52個の大会新記録が更新されました。

地域の多くの皆様にご参加いただき、記録レベルの向上ももちろんですが、家族2世代・3世代のリピーター参加率の向上が嬉しいです。笑顔が増える大会運営をこれからも継続します。(三澤圭祐)

2018年度 表彰選手賞受賞者の皆さん

- ベスト・ジュニア賞 田村 仁人くん(ポセイドン)
50m 背泳ぎ 37-78(新)
- ベスト・マスターズ賞 鈴木 謙太郎さん(個人)
100m バタフライ 56-99(新)
- ゴールド・スイマーズ賞 小島 豊さん(高井戸SC)
100m 自由形 1-43-37(新)
25m 背泳ぎ 24-56(新)
- 大会新 52種目 大会記録タイ 1種目



選手宣誓 前谷研成君と市川 航君 於:高井戸温水プール

2018 ジュニア・マスターズ水泳大会 表彰選手賞受賞者の皆さん

平成30年度 杉並区水泳連盟事業計画

連盟主催事業

定期総会	4月 21日 (土)	高井戸地域区民センター
ジュニア・マスタース水泳大会	5月 13日 (日)	高井戸温水プール
競技役員反省会	9月 2日 (日)	
競技役員勉強会	7月 29日 (日)	東京辰巳国際水泳場 (都民大会)
指導員水泳教室派遣	4月～3月	杉十小温水プール・高井戸温水プール
指導員実技研修会	4月～3月 年 10回	高井戸温水プール他
救急法講習会	7月 11日 (水)	高井戸地域区民センター
指導員勉強会	3月	高井戸地域区民センター
基礎水泳指導員養成教室	第2、4火曜日 全22回	杉十小温水プール
	第1、3火曜日 年 19回	高井戸温水プール
基礎水泳指導員養成講習会	12月 1日 (土)	高井戸地域区民センター・高井戸温水プール
基礎水泳指導員検定試験	12月 8日 (土)	高井戸地域区民センター・高井戸温水プール

協力事業 (杉並区教育委員会等)

第72回 東京都民水泳大会	7月 29日 日曜日	東京辰巳国際水泳場
第71回 区民水泳大会	9月 2日 日曜日	和田堀プール
体育の日イベント	10月 8日 月曜日	杉十小温水プール・高井戸温水プール

委託事業 (杉並区スポーツ振興財団・株式会社 シダックス)

初級者エンジョイスイム	4月 19日～3月 14日 変則木曜日	11:00～11:55	全8回	杉十小温水プール
初心者ビギナースイム	4月 5日～3月 7日 変則木曜日	11:00～11:55	全8回	杉十小温水プール
夏休み日曜ワンポイント①②	7月 8、22日、8月 12、26日	10:00～11:55	全4回	杉十小温水プール
バタフライナイト	12月 1、8、15日 土曜日	17:00～18:55	全3回	杉十小温水プール
プレストナイト	12月 22、1月 5日 土曜日	17:00～18:55	全2回	杉十小温水プール
バックストロークナイト	1月 12、19日 土曜日	17:00～18:00	全2回	杉十小温水プール
水中運動	4月 2日～3月 4日 月曜日	10:00～10:55	全8回	杉十小温水プール
アクアピクスタム	4月 16日～3月 18日 月曜日	10:00～10:55	全8回	杉十小温水プール
火曜水中エクササイズ①1期	4月 3日～6月 12日			
火曜水中エクササイズ②1期	火曜日 10:00～11:55		全10回	高井戸温水プール
水曜水中エクササイズ①1期	4月 4日～6月 13日			
水曜水中エクササイズ②1期	水曜日 10:00～11:55		全10回	高井戸温水プール
火曜水中エクササイズ①2期	10月 2日～12月 4日			
火曜水中エクササイズ②2期	火曜日 10:00～11:55		全10回	高井戸温水プール
水曜水中エクササイズ①2期	10月 3日～12月 5日			
水曜水中エクササイズ②2期	水曜日 10:00～11:55		全10回	高井戸温水プール
火曜水中エクササイズ①3期	1月 8日～3月 12日			
火曜水中エクササイズ②3期	火曜日 10:00～11:55		全10回	高井戸温水プール
水曜水中エクササイズ①3期	1月 9日～3月 13日			
水曜水中エクササイズ②3期	水曜日 10:00～11:55		全10回	高井戸温水プール
初心者水泳教室 1期	泳法上達教室 1期	4月 9日～6月 11日 日月曜日	10:00～11:55	
			全7回	高井戸温水プール



幼児水泳教室 1期 小学生 12.5m完泳教室 1期 4月 9日～6月 11日 日月曜日 15:30～17:20
全7回 高井戸温水プール

※杉十小温水プール工事の為、1/23～3/8 休館予定です。
上記事業計画は、日程等変更になる場合があります。詳細は、広報「すぎなみ」に記載されます。

指導員デビュー

現在、杉水連指導員として活躍されている、小川健秀さん、吉岡知子さんに水連との出会い、取り組み方、今後の抱負を語っていただきました。

私は今年4月から指導員デビューした。

—昨年38年勤め上げた会社を定年退職し、本格的に水連の実習生に入った。ジュニアスポーツ指導員、障害者スポーツ指導員の資格なども取りながら、指導の学習に取り組んだ。指導員デビューの教室は先輩指導員に助言を受け、初心者教室、泳法上達教室と指導員養成講習会を希望し、実現した。

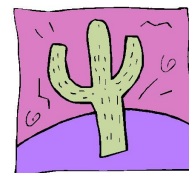
デビュー戦に向け指導方法に悩んだが、5年前、初実習生として入った教室の担当指導員から教えて頂いた“指導とは”に助けられた。そのころから大学で講師をしている私は、現場があって且つ技に解説を付けて指導する水泳教室に強い感心を持ち、“指導とは”を学びたい一心で質問メールを何度も送信した。とても熱心に回答を頂くことで多くのことを学び、大学の授業にも取り入れた。今年、やりとりしたメールを読み返し、いくつか強く印象に残った言葉がある。そのまま引用すると「金額問わずお金が発生しているので、仕事として取り組んでいます」、「講習最終日の到達ポイントと、どうそのポイントへ持ち上げていくか」、その為に「気持ち、努力、能力を引き出すにはどうするかを考えています」、との回答である。また、普及部長にお願いして「事業報告書」も読ませて頂いたが、驚くほど豊富に現場の情報が記されており、これも大変助けになった。

結局、素人なりに講習最終日の到達目標を、初心者教室は息継ぎ、泳法上達教室は四泳法完泳、養成講習会は100M個人メドレーと決め、初回に受講生の皆さんに練習計画を配布・説明した。結果として全員が最終到達点には上がれなかったが、初心者教室と泳法上達教室は殆ど全員が休まずに参加した。参加者の気持ちと努力は多少引き出せたと自賛している。

大学で私の担当教科は「仕事の実践から学ぶこと」である。水連の指導員経験を生徒に話す機会が多くなってきた。これからも多くのことが学べると楽しみである。
(競技部 小川 健秀)



指導員養成講習会の皆様と
於・高井戸温水プール



**「これなら、私にもできる www」杉水連では様々な活動を行っています。
くわしくは ☞ 3.5ページの今年度の事業計画をごらんください。**

水泳の苦手な私が杉並水連に入会したきっかけは？ ～そして、指導員として思う事

私事で恐縮ですが、私には知的障害（ダウン症候群）の息子がいる。この子の誕生が私と水泳を結びつけました。22年前の秋、私は突然障害児の母になった。

結婚17年目の待望の子の誕生の喜びは、5日目の朝に破れた。ショックは大きかった。医師からの告知、初めての育児、しかも障害を持つ子！途方に暮れた…しかし、今はなんとか、楽しくやっている。夫、家族…多くの方々との出会いとサポートのお蔭に感謝！その中に水連の障がい児水泳教室との出会いがあった。15年以上も前の事である。

我が子が健康に育って欲しい！多くの仲間との触れ合いの場を！～と。それが私と水泳～水連への縁のはじまりである！

その後、私は、子どもの水泳教室毎に見守りの為、プールに入った。いつの日か、一緒に私も水泳を楽しんでいた。息子も今でも水泳を続けている。学校での体育の水泳も、水を怖がる事もなく仲間と楽しんだ。

そして今、支援学校を卒業し社会人となり5年目を迎え、区のプールを大いに利用している。

水泳は、余暇活動の一つでもあり、健康維持、ダイエットに役立っている。水連の障がい者水泳教室との出会いに感謝すると共に益々の継続と発展を願います。（単発の教室の他に、長期の教室が有るといいなあ～と思います。）

その後私も何の因果か、杉並区報で目にした、指導員養成講座をきっかけに水連の指導員になっていた。はじめは障害児者のスポーツのボランティアが出来ればとの思いで！

現在は、幼児、小学生、シニアの水泳教室に少し携わりながらメインに水中運動教室を担当している。高齢化が進む昨今、健康維持&向上&仲間との触れ合いの場～等々……水中運動も必要されていると強く感じる。男女問わず多くの区民の方々の参加を望むと共に、指導員としての切磋琢磨を！～と、思います。
(総務部 吉岡 知子)



指導員実技研修会 アクアビクス 高井戸温水プール

(30年度杉並区水泳連盟事業計画 3頁からつづき)

小学生 25m完泳教室 1期	4月9日～6月11日	月曜日	17:30～18:20	全7回	高井戸温水プール
初心者水泳教室 2期	泳法上達教室 2期	10月22日～12月10日	月曜日	10:00～11:55	全7回 高井戸温水プール
幼児水泳教室 2期	小学生 12.5m 完泳教室 2期	10月22日～12月10日	月曜日	15:30～17:20	全7回 高井戸温水プール
小学生 25m完泳教室 2期	10月22日～12月10日	月曜日	17:30～18:20	全7回	高井戸温水プール
初心者水泳教室 3期	泳法上達教室 3期	1月7日～3月25日	月曜日	10:00～11:55	全7回 高井戸温水プール
幼児水泳教室 3期	小学生 12.5m完泳教室 3期	1月7日～3月25日	月曜日	15:30～17:20	全7回 高井戸温水プール
小学生 25m完泳教室 3期	1月7日～3月25日	月曜日	17:30～18:20	全7回	高井戸温水プール
障がい者教室 (1) 1期	4月7日～6月23日	土曜日	10:00～10:55	各4回	高井戸温水プール
障がい者教室 (2) 1期	全				
障がい者教室 (3) 1期	全				
障がい者教室 (1) 2期	10月6日～12月22日	土曜日	10:00～10:55	各4回	高井戸温水プール
障がい者教室 (2) 2期	全				
障がい者教室 (3) 2期	全				
障がい者教室 (1) 3期	1月5日～3月23日	土曜日	10:00～10:55	各4回	高井戸温水プール
障がい者教室 (2) 3期	全				
障がい者教室 (3) 3期	全				

平成30年度 杉並区基礎水泳指導員・基礎検定試験

会 場 杉並区高井戸地域区民センター（集会室・温水プール）
 参加資格 区内在住・在勤・在学・在スイミングクラブの18歳以上で100m個人メドレーが泳げ、全日程参加できる方
 定員約 30名 受講料・検定料 5,000円

日程		時間	内容	会場
2018年 12月1日(土)	学科	9:00～9:10 9:10～10:30 休憩(10分) 10:40～12:00	開校式 講習Ⅰ【水難事故の発生状況】 Ⅱ【事故防止＝安全のため留意点】 Ⅲ【水中指導における基本】	第4集会室
	実技	13:00～17:00	各種泳法(4泳法と横泳ぎ)・潜行	温水プール
2018年 12月8日(土)	学科	9:00～11:00	学科検定(面接を含む) 【水難事故の発生状況】 【事故防止＝安全のための留意点】 【水中指導における基本】	第9集会室
	面接	11:00～12:00	・水泳指導歴 ・その他	
	実技	13:00～15:00 休憩(10分)	講習【プールでの指導中の安全管理】 【救助法】	温水プール
		15:10～16:30	【4種目(個人メドレー)】 【横泳ぎ】 【潜行】	

持参するもの

- 当選ハガキ、筆記用具、水着・水泳帽子（前面に大きく「姓」を記入してください。）
- 申込み方法 往復ハガキに、講習会名、郵便番号、住所、氏名（フリガナ）、年齢、性別、電話番号（連絡が取れる）をご記入のうえ、下記宛お申し込みください。
〒168-0065 杉並区浜田山4-5-5杉並南郵便局留「杉並区水泳連盟」宛
返信ハガキ面に、ご自身の宛先をお忘れなくご記入下さい。
- 募集期間：2018年10月9日（火）～11月9日（金）
【お問合先】杉並区水泳連盟TEL090-2251-5992（電話に出られない場合があります）
ホームページからのお問合せ先 <http://www.sugisuiren.com>

主催：杉並区水泳連盟／共催：杉並区

平成30年度 杉水連定期総会



平成30年度杉並区水泳連盟定期総会が、4月21日(土)高井戸地域区民センターで開かれました。29年度事業・決算報告、30年度事業計画・予算案等が審議され、承認されました。

定期総会 4月21日(土) 高井戸地域区民センター

<編集から>

今年も残り3カ月となりました。2018年は自然災害の受難の年として記憶されると思います。こうした災害が今年だけのことなのか、それとも、これからも普通に起こりうるものかはわかりません。オリンピックならずとも、'オールジャパン'で立ち向かわなくてはならない時代になったことは間違いなさそうです。

杉水連ホームページ www.suginamisuiaren.com/

<事務局> 〒168-0064 東京都杉並区永福 3-40-16 (森田恒世方) 電話・FAX 03(5930)7284