

目次

- P1.2 連盟副会長挨拶
- P3 「横泳ぎ」って何？
- P4 区民大会舞台裏
- P5 懇親会報告
- P6 2019ジュニア・マスタース大会、2019年度前期基礎水泳養成教室案内



◇2018年度
杉並区基礎水泳指導員養成
講習会・基礎検定試験
受講生の皆さん。
於・高井戸地域区民センター

杉並区水泳連盟副会長 矢野 明

2018年度杉並区基礎水泳指導員養成講習会・基礎検定試験を終えて

昨今、派遣指導員の不足が連盟の重要課題とされる中、昨年12月に「指導員養成講習会・検定試験」が実に4年振りに実施されました。従来、当該講習会（通称：杉試）が2年おきに実施されておりましたが、前回は参加者が極めて少ないために、残念ながら開催を断念せざるを得ませんでした。そこで、理事会にて普及部を中心に実施のための改革案の検討が行われました。

従来は、平日の夜19:00～21:00の2時間枠で学科3日間、プール実技4日間の後、検定試験を土曜日に実施するかたちで、全7日間の講習と1日検定試験で構成されておりました。このように、平日は仕事をされている社会人の方々にもご参加いただけるように時間を設定し、そのために結果として講習期間が長くなっておりました。この点が参加者が年々減少している要因の一つになっているのではないかと、ということから講習期間を短くして、参加しやすくするために、土曜日2日間にし、そのかわり1日当たりの講習時間を長くすることにしました。

その結果、今回は12/1と12/8の土曜日2日間(検定含む)の講習会としました。それでも従来の総時間数には及ばないことから、学科・実技の内容自体も、再考を迫られました。従来の講習で実施していた項目の一部は、合格後の指導員勉強会等に出席し、そこで先輩指導員らと一緒に学び、習得してもらうことにして、杉試自体の講習時間を全体的に短縮することにしました。

(2頁へ)

(1 頁よりつづき)

また使用するテキストも講習会の講師が作成するレジメをもとに進め、学科および実技ともに、より実践的で現場に即した内容にしました。高井戸温水プールや杉十小プールでの教室指導員として具体的に理解し、身につけて欲しい項目に絞り込んだ講習会を心掛けました。

こうして、新しい試みで開催された今回の基礎水泳指導員養成講習会ならびに検定試験の結果、12名の方が合格されました。この方々は、連盟内規に従い規定の現場指導実習を経験した後に、杉並区水泳連盟の各教室の指導員として指導にあたることになります。

連盟の皆様、新しい仲間とともに、これからも水の世界を広げ、区民のための活動をすすめてまいりましょう。ご協力の程宜しくお願い致します。

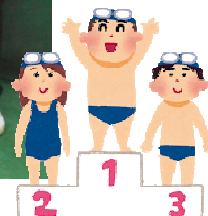
第71回 杉並区民体育祭・夏季大会水泳競技会 優勝団体・優秀選手賞

	優勝	二位	三位	優秀選手賞 (杉並区水泳連盟会長賞)
中学男子	日大二中	KS スイム	阿佐ヶ谷中	石橋輝也さん (井草中) 200 m 個人メドレー
中学女子	FAMⅡ	日大二中	スポハイSS	2-18-92 (新)
高校男子	日大二高	中大杉並	日大鶴ヶ丘	松崎りんさん (日大二中) 200 m 個人メドレー
高校女子	日大二高	東京立正	日大鶴ヶ丘	2-25-43 (新)
一般男子	ヴィムSA			
一般女子	ヴィムSA			

(大会新記録 13個)



受賞された皆さん。於：和田堀公園プール 9月2日



平成31年度 杉水連定期総会

日時 平成31年4月20日(土) 午後6時半～

場所 高井戸地域区民センター 第3・4集会室

連盟員の皆様のご参加をお待ちしております。当日、杉水連年会費の手続きもいたします。総会終了後、懇親会を予定しております。(総務部)



「横泳ぎ」って何？

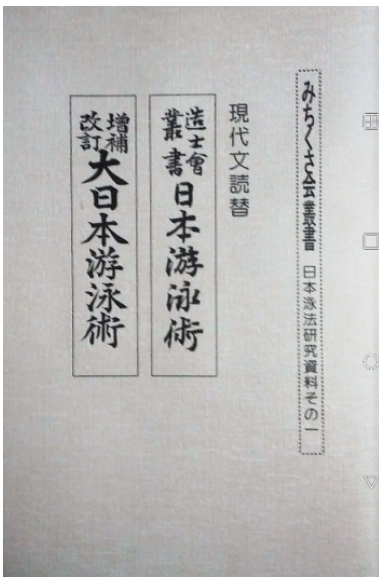
日本 ●

〈皆さんが苦手とする？「横泳ぎ」・「日本泳法」について、普及部の丸山陽一さんにその奥深さを寄稿してもらいました。〉

「横泳ぎ」は基礎水泳指導員や日赤水上安全法救助員等の実技検定試験にあるので、そのあたりで馴染みがあると思います。しかし実際のところ、自主的にプールで練習する人は少ないようです。学校やスイミングクラブで教えることはなく、あまり身近な泳ぎでないため、興味すら示さない水泳指導者が大半です。誠に嘆かわしい現状なので、ここで一石を投じたいと思います。

「横泳ぎ」は水府流太田派の一重伸略体です。ではなぜそれを基礎水泳指導員や日赤救助員が習う羽目になったか？ 日本水泳連盟では13流派公認されているのになぜ水府流太田派の1泳法だけを習うのか？

水府流太田派第4代師範の本田存が東京高等師範学校校友会水泳師範を兼務していた1905年頃、東京高等師範学校では水泳上達者に嘉納治五郎学校長名で中学校水泳指導資格証が授けられていました。卒業して教員となり全国に散らばり、水府流太田派を普及して現在最大の流派となりました。特に師範学校で指導されていた影響が大きく、自然に学校水泳の礎になったと思われます。



水府流太田派の教書（教科書）は日本游泳術と大日本游泳術（増補改訂版）の二本立てになっています。この本が「教書」だと言われても現代に生きる私たちには、文字が古く読み解くことが困難で、更には誤字脱字も多く一筋縄ではいかぬしろものでした。そこで2年半前に、全文を現代文に書き下ろすことに挑戦するプロジェクトがスタートし、2018年秋に完成することができました。（左上写真）私もそのプロジェクトチームの一員として講読会・研究会に参加いたしました。完成品は超大作で見事な出来栄でした。一般の書店では販売しておりませんので、興味のある方は丸山がお分けいたしますのでお声がけして下さい。古式泳法の普及と発展に微力ながらコミットしましょう。（丸山陽一）

〈丸山さんは日本水泳連盟の審判員（競泳・シンクロ）、学校水泳指導に長らく活躍されてきました。（編集部）

写真は2018基礎水泳指導員養成講習会実技の様子。右端、丸山指導員。中央、矢野講師。左端、三澤講師。於・高井戸温水プール。〉



わたしにも出来る！第71回 杉並区区民体育祭 水泳競技会の舞台裏をご紹介します。



プログラム編集。エントリーに間違いがないか、2重3重のチェックをします。時々、茶菓を口にして、頭をリフレッシュします。



今年度から、タッチ板、タイム掲示盤が新品になりました。（運搬も楽になりました。）



賞状を手にとった選手の笑顔がうれしいです。



お昼はお弁当をいただいて後半戦の活力にします。



アナウンス。大会の進行をスムーズに。



受付では、会場の案内、プログラムの配布、お弁当の手配など。笑顔で対応の吉川さん。



折返し監察員(中央)は、スタート台横に立ち、「リレーの引き継ぎに違反がないか」等、監察します。

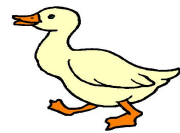


「お疲れ様でした！」

後かたづけ終了後、競技役員は三々五々、反省会を兼ねた懇親会へと移行します。

於：和田堀公園プール

楽しかった懇親会



総務部から「桐花園キャンプ場てどこだあ〜？ どうも和田峠と相模湖の間の様だ。」

懇親会は、三浦半島のマホロバ2回、今回で自分は3回目の参加になります。中央線藤野駅9時40分集合。他の交通機関でも遅刻なく集合したのは、流石水連だ。電車組はすぐに送迎バスに乗り込んだ。だらだらした登り坂、飛ばせない狭い落ち葉のコーナーを何処まで行くのか心配していたら目的地に到着した。早速、水着に着替えプールへ。自分が通っているプールより、立派な5レーンプールだ。水連は2レーン貸切だ。プール参加者を2班に分ける。ゲームとスイム競技に年を忘れわいわいがやがや熱中した。

ゲームが終わり寒いと思っていたら、尊敬している先生に誘われて50のインターバルを何本か泳いで身体暖かくなった。普段は出来ない飛び込みの練習をしている人もいた様で、次回は自分も練習するかなあ〜。その後バーベキュー場と移動、ピンゴゲームになった。それぞれワイワイ言いながらバーベキューとピンゴゲームを楽しんだ。バーベキュー設営担当各位お疲れ様でした。

自分はビールを飲むだけの担当で、皆さんの動きを見ながらしっかり飲んでた。ここ桐花園キャンプ場は山の上、気温が下がるのが早い、冷え込んで来た。バーベキューはまだ残っていたが、お持ち帰りでお開きになった。送迎バスを早めに出して頂き藤野駅で解散になった。

今回の懇親会が楽しかったのは連盟員各位のコミュニケーションと、いつもと違う面が分かったのは収穫であった。懇親会は、年一度開催し、連盟員多数の参加を望む。以上ご報告まで。(鈴木正明)



杉並区基礎水泳指導員養成講習会・検定試験を終えて 新しいお仲間が増えました。

平成 30 年度杉並区基礎水泳指導員養成講習会及び検定試験が、12月1日と8日の2日間にわたって高井戸地域区民センター、同プールで行われ、12名の受講者が参加しました。前回までは、検定試験を含めて8日間にわたる日程でしたが、よりたくさんの方々に受講して頂くため今回からは、2日間に凝縮しての開催となっております。

学科の講義内容は、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等で、杉水連矢野副会長や三澤理事長が講師を務めました。

また、実技は温水プールで、各種泳法、救助法、潜行、幼児・中高齢者の水中指導法、まとめ(4泳法・横泳ぎ・潜行)が行われました。受講生は、12月8日に最後の基礎検定試験として、学科及び実技、面接の試験を受け、結果は見事全員(12名)合格いたしました。(普及部)



合格おめでとうございます。

2019 ジュニア・マスターズ 水泳大会ご案内

- 主 旨：四季を通じて愛好される水泳競技の理解普及と発展を図り、健康維持・向上と水泳による生きがいある生活の達成に寄与すべく開催いたします。
- 日 時：2019年 5月 12日（日）午前9時～午後5時（予定）
- 場 所：高井戸温水プール
- 参加費：ジュニア 800円（1人）、マスターズ 1500円（1人、19歳以上）
どちらも一人2種目までエントリーできます。（ジュニア、マスターズともリレー種目は無料）
- 申込み：専用用紙に必要事項を記入して、郵送で受け付けます。
用紙は、①区温水プール ②杉並区スポーツ振興課 ③杉並区スポーツ振興財団
④杉水連ホームページ（www.suginamisui ren.com/） にごさいます
- 郵送先：〒168-8799 杉並区浜田山4-5-5 杉並南郵便局留「杉並区水泳連盟」宛
- 締切り：4月9日（火） 必着です。
- 問合せ：TEL.090-1201-9960（杉並区水泳連盟 競技部）
★3月1日付の広報「すぎなみ」に、申し込み方法等、内容が掲載されています。

2019年度 前期基礎水泳教室

①杉十小温水プール

日 時：4/9, 23, 5/14, 28, 6/11, 25, 7/9, 23, 8/13, 27, 9/10 全11回
☆第2、第4火曜日 19:00～21:00 定員：20名（抽選）
参加費：11,000円（11回分）

②高井戸温水プール

日 時：4/16, 5/7, 21, 6/4, 7/2, 30 8/6, 20 9/3 全9回
☆第1、第3火曜日 19:00～21:00 定員：20名（抽選）
参加費：9,000円（9回分）
①、②両方受講も可能です。



申込締切：至急お申し込みください。（★3月15日付の広報すぎなみに、申し込み方法等、内容が掲載されています。）

申込み：杉水連ホームページ（www.suginamisui ren.com）のお問い合わせメールから申し込み。
又は、往復ハガキに、希望する場所（①、②、あるいは両方）、郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号・泳力（泳型・距離）を記入し、下記宛お申込みください。

宛 先：〒168-8799 杉並区浜田山4-5-5 杉並南郵便局留「杉並区水泳連盟」宛
※この教室は、「杉並区水泳連盟 基礎水泳指導員」の資格取得のための教室ではありませんので、ご注意ください。

【杉水連だよりNo.127（平成30年9月30日発行）のお詫びと訂正】

4頁「指導員デビュー」小川健秀さん文章中、下記誤植がありました。お詫びして、訂正いたします。
（誤）「100M個人メドレーに受講生の皆さんに…」
（正）「100M個人メドレーと決め、初回に受講生の皆さんに…」

杉水連ホームページ www.suginamisui ren.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