

😊 Vol.6 😊

平成30年度 H31.3発行  
長崎県広域スポーツセンター  
担当：野口 弥生  
TEL：095-895-2784

# UE～結～なが

～クラブの活動状況や長崎県内で開催されるイベント等～



## 県内総合型地域スポーツクラブ活動事例



**スマイル江迎スポーツクラブ**  
実施種目：陸上競技  
毎週月・水曜日（17時～18時）  
江迎小学校グラウンドで陸上の練習をしている様子です！小学生～中学生まで参加でき、公式な大会にも出場しています！  
陸上の練習の前には、各自宿題をする習慣もあるようです 🙌

**さざ俱樂部**  
実施種目：バドミントン  
第2・4金曜日（19時30分～21時）  
北部地区体育館でバドミントンを  
行っている子供たちの様子です！  
スポーツ推進委員の方々が、指導を行う形で、小さい子供から大人の方まで参加していました！！  
白熱した試合も行われていました！ 🙌



# ニュースポーツ情報

## ガラッキー (転んで起きる、トリッキーなニュースポーツ)

### 【ガラッキーとは】

ロシア生まれのスポーツです。元来は、数本の木製棒状ピンを目標に投げ、陣取りや投げたピンの形が何に似ているかを競うゲームでした。

日本では、木製ピンの代わりにダーマと呼ぶ円錐形で中空のボールを使用します。このガラッキーには、対照的な次の2種類のタイプがあります。

- ①スポーツガラッキー：運動量が比較的多いダイナミックな動きをする。
- ②テーブルガラッキー：狭い場所でもスリリングを楽しめる。  
ミニサイズのダーマを使用する。

### 【ゲームの進め方】

- ①スローラインの左右に色分けしたダーマを置きます。
- ②先攻(赤)、後攻(黒)をジャンケンで決め、勝った方が後攻になります。
- ③先攻、後攻の順に投げます。  
ダブルス(2対2)、トリプルス(3対3)の場合は、チーム内で決めた順に投げます。
- ④すべてのダーマを投げ終われば、先攻から包囲測定を行います。  
サークル内にある自分のダーマ全てが1点、囲んだダーマは1個につき5点として得点を競います。



# V・ファーレン長崎ホーム試合日程

節	開催日	キックオフ	対戦相手	スタジアム
6	3.30(土)	14:00	大宮アルディージャ	トランスコスモススタジアム長崎 (諫早市宇都町)
8	4.7(日)	14:00	レノファ山口FC	トランスコスモススタジアム長崎 (諫早市宇都町)
11	4.27(土)	14:00	鹿児島ユナイテッドFC	トランスコスモススタジアム長崎 (諫早市宇都町)
13	5.11(土)	14:00	アルビレックス新潟	トランスコスモススタジアム長崎 (諫早市宇都町)
15	5.25(土)	14:00	徳島ヴォルティス	トランスコスモススタジアム長崎 (諫早市宇都町)

## YAYO COLUM

長崎県スポーツ振興課のホームページに「自然体験型スポーツ情報」を掲載しています。内容としては、県内の海洋スポーツやトレッキング・登山等ができる施設情報やイベントの情報を掲載しています。

自然体験活動の中で、最も人気が高いのは“登山”だそうです。苦労して山を登り、頂上に立った時の爽快感や達成感が素晴らしいものだと思います。山での活動は、「ハイキング」「ロッククライミング」「マウンテンバイク」等があります。大自然の中で、ダイナミックに行われる魅力的な活動だと思います。海洋スポーツでは、「サーフィン」「カヌー」「ペーロン」「サップ」等がありますが、「サップ」等は、サーフボード上でヨガをすることもできます。

皆さんもクラブ活動の一環で体験されているクラブもあるかとは思いますが、まだ体験されていない方は、是非体験してみてください(\*^^\*)