

# おかやバレーボール フェスタ開催!

スポーツタウン  
おかや通信 vol.47

- 期 間** 3月17日(水)~26日(金)〔10日間〕  
**時 間** 午前10時~午後8時  
**会 場** ララオカヤ内イベントスペース



## 🎯 展示コーナー

- 【写真パネル・トロフィー】  
 ・岡谷市のバレーボールの歴史  
 ・岡谷工業高校の足跡

## 🎯 バレーボールグッズ

正解者の方の中から、抽選でバレーボールグッズをプレゼント!

## 🎥 ビデオ上映

岡谷工業高校のハイライト上映

## 🎯 バレーボール体験コーナー

風船バレーボールで遊ぼう!

**日時** 20日(土) 21日(日)  
 午前10時~午後4時

## 🎯 がんばれ! 岡工バレー部!!

第35回春高バレー出場の岡谷工業高校へ応援メッセージを送ろう!

### ◆ 応援メッセージ

**受付期間** 3月21日(日)まで

**応援メッセージカード設置場所** 市役所1階インフォメーション、イルフプラザ・カルチャーセンター、市民総合体育館、市役所駅前出張所、ララオカヤ特設会場

### ◆ はがきでの受付

**応募先** 〒394-0033 岡谷市民総合体育館内 岡谷市バレーボールのまちづくり実行委員会事務局「岡工応援メッセージ」宛  
 集めたメッセージは22日(月)の春高バレー大会当日チームに渡します!

**問合せ** 岡谷市バレーボールのまちづくり実行委員会事務局  
 (市民総合体育館スワンドーム内スポーツ振興課)

みんな  
 応援メッセージを書いて  
 岡工バレー部を応援しよう!

◆お問い合わせは…  
 スポーツ振興課  
 ☎ 22-8800  
 FAX 22-8808

ニュースポーツに挑戦

# 大江戸パニック

Ooedo-Panic

## この競技の概要

小さな子どもからお年寄りまで幅広い年代で楽しみ、ハラハラドキドキ感がクセになるちょっと変わった新しいタイプのスポーツです。



## 競技方法・ルール

- ①パニック人形をパニックボードに投げつけます。人形がベタベタと色々なアクションをしながら落ちてきます。
  - ②人形がボード下部に取り付けた箱に入ればOKです。点数や景品などを箱に書き込めばさらに盛り上がります。
- ◇パニック人形を投げるという動作が、スポーツなのですが、それ以上に見ていてとても楽しいので、年齢を問わずに大人気です!! 詳しく知りたい方、貸出し希望の方はスポーツ振興課までお問い合わせください。

# スポーツ フラッシュ

2/29

## 第17回エースドッジ ボール市民選手権大会



33チームで岡谷のナンバーワンを目指し、白熱した試合が繰り広げられ、各チーム「エースマン」を守る工夫をしながらがんばりました。

## 2/29 第27回全日本ショート トラックスピードスケート 選手権大会

日本のトップアスリートが、やまびこスケートの森アイスアリーナに集まり、高いレベルの熱戦が展開されました。



## 2/22 記録にチャレンジ スピードスケート記録会

岡谷市やまびこ国際スケートセンターにて小学生など50名が、今シーズンの成果を計測しました。



## 2/21 第2回岡谷カップフレンド シップバレーボール大会 〔中学生の部〕

今年は県外からも女子2チームが参加し、合計20チームでの開催となり、白熱したゲームが展開されました。



## スポーツ教室 募集のおしらせ

小中学生バレーボール教室(定員80名)

◆日時 4月18日～7月18日

毎週日曜日(全8回)

午前9時～正午

◆場所 岡谷北部中学校体育館他

◆対象 市内の小学1年生～

中学2年生

◆申込 4月14日(水)まで

## 4月ファミリースポーツデー

市民総合体育館

市民無料開放

日時：4月18日(日)

午前9時～午後4時

※体育指導員(3名)がいますので、

お気軽に声をかけてください。

※屋内水泳プールは有料となります。

す。(午前9時～午後4時)

## 体育施設予約の 調整会議について

5月の学校体育施設の予約調整

会議を開催しますので、時間厳守

でお集まりください!

学校体育施設

5月分 4月18日(日)

◆時間：中学校 午前10時～

小学校 午後1時～

◆場所：市民総合体育館

第一会議室

# “チャレンジ” 2003 スポーツ スクール

岡谷市体育指導委員が企画立案し、年間を通して実施している人気教室「☆チャレンジ2003☆スポーツスクール」も参加者に好評のうち無事終了しました。入学案内を出したところ、締め切り前に定員に達してしまい入校できなかったみなさんが出てしまうほど人気がありました。ニュースポーツをはじめ、普段学校や地域ではできないスポーツ、手軽なスポーツも数多く取り入れていきますので、運動の苦手な人も気楽に参加でき、スポーツを通じた仲間づくりもたくさんできました。参加されたみなさんの生の声をお知らせします。

## 楽しかった

### スポーツスクール

岡谷小学校5年

滝沢 美里さん

昨年の6月24日から始まって、昨年の12月12日に終わったスポーツスクールの中で楽しかったスポーツはたくさんあるけれど、特に楽しかったスポーツはウォークラリー、エースドッジボールです。ウォークラリーは地図を頼りにクイズに答えていきました。クイズは

知っている問題もあつたり、子どもたちでは少し分かりづらい問題があつたりしました。遅すぎず、早すぎずというところが少し大変でした。私のグループは少し早く着いてしまいました。

私はエースドッジボールが大好きなので、種目の中にあつてうれしかったです。ボールを取れて良かったし、エースドッジボールを楽しくできて良かったです。

4年生のときも、昨年も皆勤でなかったの、残念でした。やるよとしたら皆勤だといひです。



## スポーツスクールに

参加して

上の原小学校6年

今井 晃徳くん

ぼくがスポーツスクールに参加するのは、今年で2回目です。毎回違う種目をやる中で、ぼくが特に気に入ったのがフットサルとキンボールです。両方、去年からやったことのある種目で、フットサルというのは、室内サッカーとバスケットボールを合わせたような競技で、キンボールは大きなボールで3組に分かれて、その大きなボールを落とさないようにがんば



る競技です。実際にやってみないと、そのおもしろさはきつとわからないと思います。

他の学校の人たちとも仲良くなくて良かったです。とても楽しかったです。来年も参加してみたいです。指導委員のみなさん、ありがとうございました。



## スポーツスクール

### について

神明小学校1年

小沢 れおくん

ぼくは、初めてスポーツスクールに行きました。初めは知らない人が多くて緊張しました。何回も行っているうちに、違う学校の人も友だちになれてうれしかったです。

一番良かったのはソフトバレーです。パスがうまくできて、先生にほめられてうれしかったです。バドミントンもがんばりました。

色々スポーツがあつて、ぼくは驚いたけれど、たくさん教えてもらったので楽しかったです。この次は全部出れたらいいなあと思いました。

## スポーツスクールの感想

岡谷小学校2年

下島 絢子さん

スポーツスクールで、楽しかったことがあります。それは、最後にやったレクリエーションです。レクリエーションでは、いろいろなゲームをやりました。ふえをふいた数だけ人と手をつないで丸くなる、というゲームが一番楽しかったです。このゲームをやっていたら、友だちが二人できました。よかったです。

あと、もう一つ楽しかったことがあります。それは、バドミントンです。最初のうちは、バドミントンが苦手で、ぜんぜん上手じゃなかったです。でも、練習をしたらちよつと上手になったかと思いました。そして、やってみたらいっぱい打って、うれしかったです。

ほとんど全部が、楽しかったです。でも、フットサルは、少しむずかしかったです。こんどは、テニスも入れてほしいです。



## ★チャレンジ2003★ スポーツスクール皆勤者

12教室全てにチャレンジし、がんばった15名です。

- ◆中村美智子さん (岡谷小学校2年)
- ◆下島 絢子さん (岡谷小学校2年)
- ◆北島 由惟さん (長地小学校2年)
- ◆山岡沙也佳さん (湊小学校3年)
- ◆下村 奈生さん (岡谷小学校3年)
- ◆利根川真理さん (小井川小学校3年)
- ◆沼田 友弥くん (小井川小学校3年)
- ◆武井 智也くん (小井川小学校3年)
- ◆武岡 祥広くん (岡谷小学校4年)
- ◆中村 有稀くん (岡谷小学校4年)
- ◆下村 喬大くん (岡谷小学校4年)
- ◆伊藤 綾香さん (小井川小学校4年)
- ◆今井 友博くん (神明小学校6年)
- ◆今井 晃徳くん (上の原小学校6年)
- ◆市川 実さん (一般)

○体育指導委員は「市民ひとり1スポーツ」の実現や地域のスポーツ振興を積極的に推進します

### 教室内容

期日	種目	コメント
6月	入学式・体力測定	どんな友だちいるかな？ 自分の体力はどれくらい
7月	ソフトバレー①	ボールに慣れよう！
	ソフトバレー②	みんなで試合をしよう！
	バドミントン	スマッシュできるかな？
8月	ウォークラリー	難問たくさんあるよ！
	ペタンク	誰が一番近づけるかな…？
9月	エースドッジボール	エースを守れ！
10月	ファミリーフェスティバル『ギネス』	いろんなギネスに チャレンジ！
	キンボール	オムニキーン！！
11月	フットサル①	パスをつないでGO！
	フットサル②	シュートを決めよう
12月	レクリエーション 卒業式	みんなよくがんばりました。

# パパージ

だける方、お子さんのス  
話を募集しています！  
課まで。

ぼくのじまは、生まれてこのかたむしば  
が1本もない事だよ！いっぱい病気にしてパ  
パやママに心配かけたけど4月からは元気に  
小学校へいくんだ！でも保育園の先生やお友  
達とはなれるのはやっぱりさみしいな…。  
☆平成9年12月30日生まれ。一也さん、まさ  
えさんの子。



とだ ゆう  
戸田 優くん  
(郷田1)

就学前のお子さんの写真を募集しています。お  
子さんのお名前、ふりがな、生年月日、お父さんと  
お母さんのお名前、住所、電話番号、コメント  
をお書きの上、広報広聴までお送りください。



ひらいで  
平出 ころちゃん  
(長地出早2)

## わが家の アイドル

No.158

わたしは、ころです。生まれてからア  
ンパンマンが大好きで、家中アンパンマン  
だらけ。でも、最近はキティちゃんにはま  
っているんだよ。ちょっぴりお姉ちゃんに  
なってきたのかな？！  
☆平成14年7月22日生まれ。長美さん、広  
実さんの子。

## 食生活の トピックス

Vol.36

岡谷市食生活改善推進協議会です。自分や  
地域の食生活をよりよいものにしたいと、ボ  
ランティア精神で活動を行っています。今回  
は親子の料理教室でも好評でした「シーフ  
ードサラダ」です。ドレッシングは簡単に市販  
品を利用しましたが、作ってもよいですね。



・  
シー  
フー  
ード  
サラ  
ダ

※一人分のエネルギー86kcal、  
たんぱく質11.3g、塩分1.3g

## 食改員のおすすめレシピ④ 「シーフードサラダ」

4人分材料	作 り 方
生いか … 1/2ぱい	①生いかを皮をむいてから横に薄く切って、 ゆでる。えびもゆでる。
えび … 小8尾	②ひじきは水でもどして4センチの長さに切 り、ゆでてきます。(ゆですぎないこと)
長ひじき … 12g	③レタスは短冊切り、ピーマンは縦に4つ割 りにして横に細切り、トマトはへたをと り、くし型に切る。きゅうりは縦に半分に 切り、斜めに薄く切る。
レタス … 60g	④プロセスチーズは5ミリの角切りにする。
トマト … 1個	⑤えびとトマト以外の材料をさっくり混ぜ、 ドレッシングであえる。
黄ピーマン … 1/2個	⑥器に盛り、えびとトマトを飾る。
きゅうり … 1本	
プロセスチーズ … 20g	
ノンオイルドレッシング … 40ml	

※担当 健康推進課保健予防 (☎23-4811 内線1182)

このコーナーでは、みなさんのご意見（市政、広報、最近のできごとなど）を紹介します。ご意見をどしどしお寄せください。お待ちしております。

宛て先…〒394-8510 岡谷市役所（住所不要）  
地域振興課広報広聴

（▼は広報広聴担当より）

## 2月のはがきから

2月1日号の健康診査の結果、家庭の省エネ診断、水のかわら版の大切な水の使い方、健康ひと口メモ等々、主婦にとつて興味あるページ、良かったです。

（長地御所・Hさん）

## 2

月1日号は、内容がいっつになくたくさん興味のある記事があり、感心したり、やってみようかなと思ったりしました。

（長地出早・Sさん）

▼広報を読んでいただきありがとうございます。ぜひ広報をきっかけにやってみてください。

## テ

クノプラザおかやのものがたりフェア2004、見学に行ってみました。会場内では市内数十社の製品の展示があり、大変参考になりました。また2階ではがんばる元気学生の事例発表の会場で、諏訪東京理科大学の学生さんの作ったロボットがみなさんの拍手を受けていました。学生さんの目が輝いていました。（堀ノ内・Oさん）

▼『がんばる岡谷！ものづくりの復権を目指して』をテーマに開催され、大勢の方にご来場いただきました。

## 最

近「少子化対策・子育て支援」として近隣の

市・町で「支援券」や絵本等の配布といった事業計画を新聞で拝見しましたが、岡谷市ではそのような計画はないのでしょうか。（長地・Hさん）

担当（企画課）岡谷市の「少子化対策・子育て支援」としましては、支援券といえるものとして「チャイルドシート購入券交付」「諏訪湖ハイッ大浴場未就学児無料化」「市内在住・在学小中学生の市民総合体育館や市立美術考古館、イルフ童画館などの入場料無料化」を行っています。また、絵本については、市民の方に配布する事業は行っていませんが、「市立岡谷図書館」「イルフ童画館」「イルフプラザこどものくに」にたくさんのお絵本、育児本などをそろえてありますので、ぜひご利用をいただきたいと思います。さらに、岡谷市独自の事業として、「3歳以上の第3子以降保育料無料化」「私立幼稚園就園補助金」「育英基金の充実」「大学等進学資金融資制度」「休日保育や延長保育などの保育の充実」など、多くの子育て支援事業を行っています。

## 進め！ラムラム王（童画館情報）

📍 降矢なな絵本原画展 展示中～3月24日（水）（最終日は午後5時閉館）

会期も残りわずかとなりました。ぜひご来館いただき、降矢ななの描く絵本の世界をお楽しみください。  
展示作品 「ちよろりんのすてきなセーター」「ちよろりんととっけー」など

📍 風の画家 中島 潔展 - 帯童画 - 3月26日（金）～6月2日（水）

（前期：3月26日（金）～4月28日（水） 後期：4月29日（木）～6月2日（水））  
一瞬の風のそよぎを写し取り、四季折々の美しい自然を描く中島潔さんは「風の画家」と呼ばれています。NHKテレビ「みんなのうた」のイメージ画を始めとする一躍全国的にブームを巻き起こした童画のほか、金子みすゞの童謡集を描いた童画、女性の表情を柔らかな筆致で描いた『木霊みょうと』の絵本原画を展示します。ぜひご来館いただき、美しい色彩と柔らかな線が創り出す、暖かな風のぬくもりをご鑑賞ください。

◀風の画家 中島潔に会える日▶  
4月3日（土）午後1時30分～ ギャラリートーク&サイン会  
4月4日（日）午前10時～ サイン会



「木霊みょうと」（中島潔）

📍 武井武雄・絵本原画展 展示中～4月14日（水）

『ごんべえとかも』の原画を初公開しています。ユーモラスな表情のごんべえさんをお楽しみください。

イルフ童画館スプリングキャンペーン実施

3月20日（日）～4月4日（日）  
期間中、アンケートにお答えいただくと、全員にポストカードを、さらに期間終了後抽選で10名にすてきなグッズをプレゼントします。