

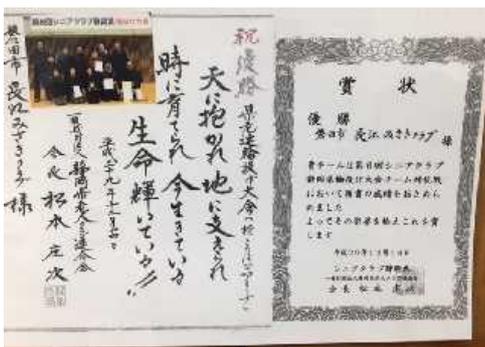
「長江みさきクラブ(輪投げチーム)」(磐田市)の紹介



皆さん思い思いのポーズで練習

今日(2018年11月27日)は磐田市御厨の長江公会堂で輪投げの練習をしている「長江みさきクラブ・輪投げチーム」を訪問しました。

輪投げができる服装で、地区内の選手の皆さんが集まってきました。10名で、まず会場の準備をします。緑色のマットを2列敷いて、それぞれポールをセットし一つのマットに一人、二人ずつ練習します。投げるフォームはまちまちですが、4メートル先のポールをめがけて「エイッ」と投げます。ポールは ①～⑨まであり、⑨は9点で最高です。が、輪はなかなか入りません。



昨年の優勝賞状

長江みさきクラブ(会長:新貝良男氏)の輪投げチームは 設立12年を迎え、  
 ・監督:川島康弘氏  
 ・コーチ:江塚初男氏  
 を含めて12名の比較的にじまじしたクラブですが、昨年静岡県輪投げ大会で優勝した実績を持つ強豪クラブです。  
 昨年は、合計660点で優勝しましたが、今年は700点を目標に毎週2回(月曜日と木曜日)19時～21時まで、練習をしています。  
 試合当日は各人体調次第で、好不調があるので、好調な者が不調な者をカバーし、全体で700点を獲得したい、とのことでした。



[思い思いのポーズで練習する皆さん](#)

輪投げはチーム人数6名で、うち女性を3名含みます。  
一人一回に9回投げます。  
それを4回繰り返して、6名の合計得点で競います。

長江みさきクラブ輪投げチームはクラブ員12名のうち、男性9名、女性3名の構成で、最高年齢は86歳、平均は76歳くらいの元気な方ばかりです。  
皆さん、「できるだけ健康寿命を伸ばし元気に生活したい」ために輪投げを続けているとのこと。



[思い思いのポーズで練習する皆さん](#)

輪投げで勝利を得るために必要なのは何ですか？と聞くと、

- ・「精神力」
- ・「体力」
- ・「技術力」

の3つだと回答がありました。

それゆえ、練習の日は重いものを持つとか、草刈りはしないようにして腕力や体力の温存を図り、練習に集中できるようにしています。

ただ、日ごろは皆さん、輪投げ以外にもフォークダンスやグランドゴルフや卓球などにも参加し、楽しんでいきます。



[思い思いのポーズで練習する皆さん](#)

[思い思いのポーズで練習する皆さん](#)

静岡県大会は、来年(2019年)1月18日(金)に焼津市で開催されます。  
県大会に出場するためには、御厨大会、磐田市大会を勝ちぬく必要があります。  
今日は監督:川島康弘氏より出場選手名が発表されました。  
皆さん 一層気合が入って練習に集中しているようです。  
来年1月18日、是非吉報を聞きたいものです。  
長江みさきクラブに関して、お問い合わせは下記までお願いいたします。  
<長江みさきクラブ会長 新貝良男氏 TEL:0538-32-6229>

(磐田・周智地区 生きがい特派員 戸田孝)



[ご参加の皆さん](#)