

岡崎いきいき新聞



スポーツの秋！楽しく奥深い卓球のすすめ



岡崎いきいき市民活動センターでは、第2会議室に卓球台があり、たくさんの方に利用していただいています。昨年の12月には、東山いきいき市民活動センターの体育館で「卓球交流会」を開催しました。両センターの卓球サークルや外部の人にも呼びかけたところ、なんと約40人もの方が参加。和気あいあいと交流試合を楽しみました。

卓球は、初心者でも気軽に始めやすいスポーツとして人気を集めているようです。

今回は、卓球交流会実行委員のメンバーの一人・小田裕二さんがコーチを務める「若葉卓球会」を取材しました。

岡崎いきいきセンターには卓球サークルがいっぱい！



小田さんは中学生の時に卓球を経験し、職場に卓球台があったことで、また卓球の楽しさに目覚めたそう。京都市障害者スポーツセンターでボランティアコーチも務められています。

「若葉卓球会」の活動は、前半でラリーやサーブなどの基礎的な練習をし、後半は練習試合を楽しみます。小田さんの指導は熱く、ネットの高さやつつきのやり方など専門的な知識も使って、本格的な練習をされています。

指導で心がけていること

「やっぱり、せっかくだからうまくなってほしい。『いいサーブやん』とか言われるようになってくれたらうれしいです（小田）」

活動の中で楽しいことは

「上手になったらうれしい。いくつになっても。」

本格的な動きはできるようになるまで時間がかかるけど、それでも楽しみながら練習されているのが印象的でした。楽しく時に厳しく。若葉卓球会の取材を通して、卓球の奥深さを教えていただきました。

スポーツの秋。まずは気軽に卓球を始めてみませんか？その奥深さに魅了されるかもしれません。

若葉卓球会

- 活動場所：第2会議室
- 参加費：1回 100円
- 活動日：毎週金曜日 14:00-16:00 (10:00-12:00の時もあります)
- 持ち物：運動靴, ラケット, 軽装
- 会員数：4~5名
- お問い合わせ：070-2661-5291 (小田)



30分対策はどうなってる？

- 卓球台等除菌
- プレイ中以外マスク着用
- ダブルス練習は禁止
- 十分に換気をする

卓球台は距離があるので、密になりすぎずに楽しめるようです。

2020
10月号

おかずき
いきいき
京都市岡崎いきいき市民活動センター

スタッフ紹介 常勤スタッフ 齋藤 真人

さいとう まさと

好きなことは？

絵画、ギャラリー巡り、まち歩き、子どもと遊ぶ
ただいま個展開催中です！

岡崎いきセン周辺のおすすめスポット

岡崎周辺にはたくさんのギャラリーがあります。
「ギャラリー恵風」「アートスペース柚YOU」
「芦屋画廊」「ギャラリーモーニング」
「KunstArzt」「博宝堂ギャラリー」などなど...
他にもおすすめスポットたくさん！

利用者みなさんに一言♪

いつもみなさんの活動される姿に力をもらっています。
これからもたくさんの笑顔を見せてください～！



PICK UP

11月のイベント情報

《レコードを聴く会》

先着20名の申込制。和室で行います。
申し込みはイベントの1ヶ月前から受け付けます。
ご参加お待ちしております！

11/07 (土) 14:00~15:30
「アメリカ音楽のルーツを聴こう VOL.6
アコースティックギター特集」

11/28 (土) 14:00~15:30
「ビートルズを聴きながらアコギで歌いませよ」

*** オンライン利用者会議のお知らせ ***

- 11/20 (金) 14:00~15:30
- 12/09 (水) 19:00~20:30

どちらか1日お選びください。ZOOMアプリを使って
オンラインで行います。詳細はスタッフまで。