ディスコン通信・彩の国

埼玉県ディスコン協会　会報
第４号

２０２０年（令和２年）１月発行

第７回全国ディスコン交流大会で埼玉県チームが大活躍！！

今回の全国ディスコン交流大会は、第７３回全国レクリエーション大会の一環として仙台で開催されました。全国ディスコン交流大会は毎年１回関西地区で開催されて、当協会では毎年３～５チーム参加してきましたが、今回は貸切バスをチャーターのうえ大勢の参加を募った結果、１１チーム３３名（バス２０名、新幹線１３名）が参加しました。

大会の成績は、埼玉県チームがベスト４を独占するという快挙を成し遂げました。

開催日時：令和元年９月１５日（日）１０：００～１６：３０
開催場所：仙台市泉総合運動場　泉体育館
主　催：全日本ディスコン交流協議会　　主　管：宮城県ディスコン協会
参　加：５０チーム（１チーム３名編成）１５０名（府県別の内訳は下記）
大阪府１０名、滋賀県１４名、奈良県６名、京都府６名、富山県３名、関西と北陸の合計３９名（１３チーム）
埼玉県は、さいたま支部１５名、所沢支部６名、横瀬支部６名、川口支部４名、長瀞支部２名、合計３３名（１１チーム）
地元仙台が７８名（２６チーム）　【下は開会式後の参加者全員の記念写真】

競技方法：コート１０面（５m×１０m）を使用、１試合１２分間の時間制で７点先取。
第１部は、各コート５チームで総当たりリーグ戦を行い、第２部は、各コート１位チームによる決勝トーナメント戦を実施しました。なお、並行してリーグ戦２～５位チーム同士による交流戦も行われました。(試合結果は勝点制とし、勝ちは３点、引分けは１点)

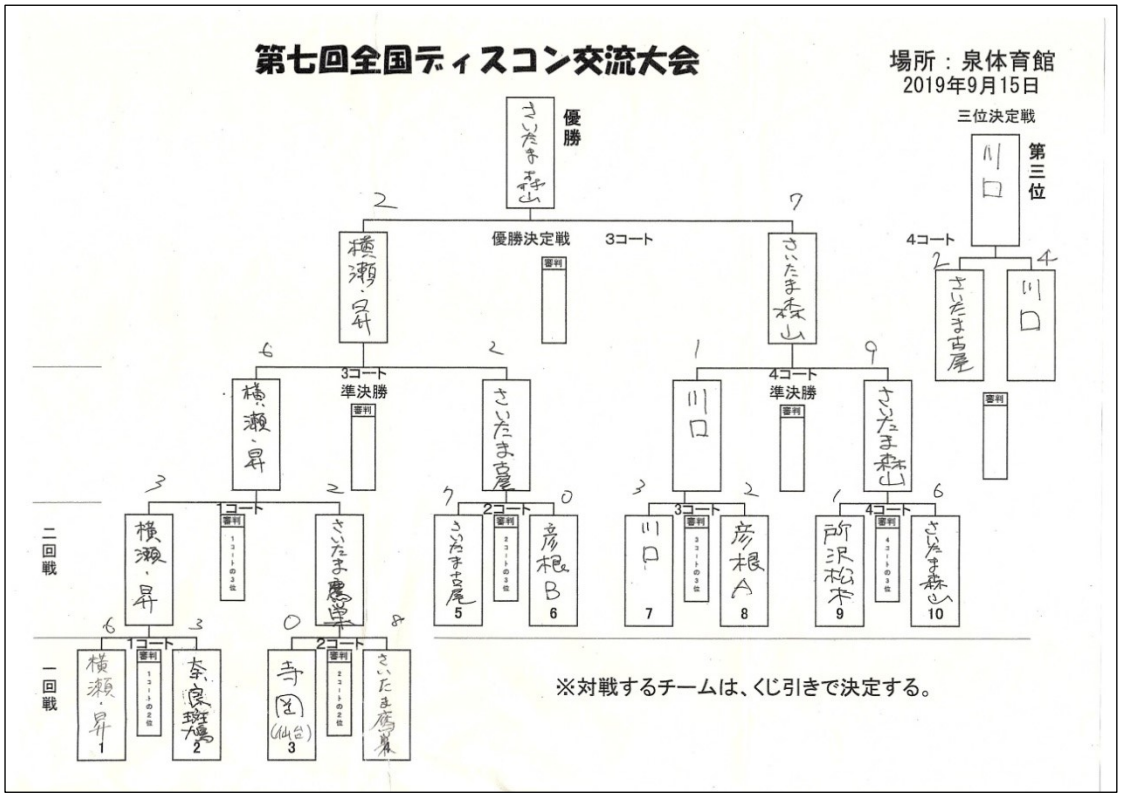
埼玉県チームの第１部予選リーグ結果は以下の通り大変な好成績でした。

第１位：横瀬・昇、さいたま・鷹巣、さいたま・森山、さいたま・古屋、川口、所沢・松本、以上６チーム

第２位：長瀞・川口、所沢・磯の２チーム

第３位：横瀬・光正、さいたま・村田の２チーム

第４位：さいたま・金森の１チーム



決勝トーナメントには、埼玉県チームがベスト８に６チーム残り、更にベスト４を独占しました。

大会の最終結果は以下のとおりです。

優　勝　　さいたま・森山

準優勝　　横瀬・昇

第３位　　川口

第４位　　さいたま・古屋

交流戦敢闘賞　　長瀞・川口

（会長　山田　武）

【閉会式終了後、喜びに浸る埼玉県チームの集合写真】

第７回全国ディスコン交流大会で思いがけず優勝して

頂いた表彰状に「ディスコンの楽しさと素晴らしさを広められるよう期待します」と書いてあります。私達は、これからその期待を皆様と共に、埼玉県において、いや、全国に大いに広めて行くのが使命と考え、二度目はないだろう次の優勝を目指して頑張りたいと思います。

今大会に私達は「仙台の牛タンを食べる旅」と捉えて参加することを考え、皆様の足手まといにならないよう、他のチームの応援に力点を置いていました。

私達「さいたま森山チーム（メンバーは森山ミヨ、布瀬順次、三浦幸雄）」が予選リーグで２勝１敗の時、同じグループの埼玉県チームのキャプテンが話しかけてきました。「我々のチームも２勝１敗だから、埼玉のどちらかが決勝戦に進出できるよ‼」と言われ、互いに頑張ろうと檄を飛ばされました。しかし、そちらの方が点差で有利だからと反対に激励しました。決勝進出が掛かった最終戦のゲームで、相手チームに３点先取され「もう終わったなあ～」と仲間と話し、後は気持ち良く相手チームに拍手を送ろうと言って残りのプレーをしました。結果はどうにか勝つことが出来ましたが、３点取られていたから決勝進出は駄目だなと、審判、副審、得点係と全員に握手をし「有難う」「有難う」と感謝し、相手チームにも御礼の言葉と握手を交わして引き上げました。くだんのキャプテンがまたやって来て「あなた達のチームが決勝進出だよ‼」と言って来ました。その言葉には本当に驚きました。

【左の写真は、さいたま・森山チーム(左側）と
横瀬・昇チーム（右側）の優勝決定戦の試合前挨拶】

決勝トーナメント戦では、順調に決勝戦まで勝ち進むことができましたが、最後の相手は同じ埼玉同士でそれも横瀬！胸を借りる気持ちでプレーし、最後のポイントを右に投げました。思ったより内側「あ！！こりゃ駄目だ」と話していたところ、横瀬チームがしめた！と攻めてきました。ところが、左側から右斜めに投ずるディスクが続けて出てしまい「あせってるなー」という感じがしてずるずるとこちらが勝ってしまいました。途中大声援に気付きました。「ミラクル」です。これも「さいたま」だけでなく、惜しみない声援を分け隔てなくして下さった皆々様方のお陰だと深く感謝しております。

もちろんその夜の仙台での牛タンのおいしかったこと！人生最高の味でした。**ありがとう！仙台**

（さいたま支部　布瀬　順次）

【右の写真は大会会長から優勝カップ
を授与されるさいたま･森山チーム】

全国ディスコン交流大会 in 仙台２泊３日の旅

宮城県仙台市泉体育館で開催された全国ディスコン交流協議会主催の全国ディスコン大会に、私は令和元年９月１４日から１６日まで２泊３日で横瀬・昇チームの一員として参加いたしました。

大会前日の１４日、私は何の考えもなく楽しい旅行気分で主人と橋本好江さん３人で朝早く家を出て集合場所の町田支部長さん宅へ行きました。バスには横瀬支部の６名が乗車、次に長瀞支部の２名が長瀞町役場より乗車し、花園インターから南浦和駅前へ向かいました。そこで所沢・さいたま・川口各支部の１２名が乗車､そして高速が混んでいるので裏道で浦和インターから東北道に入りました。最初のサービスエリアで休憩、次はお腹もすいてきた頃のサービスエリアで昼食時間、ごはんを食べお腹も一杯になり、メンバーと話しに盛り上がっていましたら、瞼が閉じ休んでしまいました。青葉城址見学の頃は辺りも暗くなりホテルに着いた後、夕食会場へ移動、皆様と一緒に夕食を頂き、翌日の試合の事など考えもせず、バスで疲れたので早めに就寝し、楽しい１日目が終わりました。

試合当日は、朝食を頂いた後、対戦相手の事など考える余地もなく試合会場へ到着。大会は１０コートで行われ、予選リーグは１コート５チーム編成での総当たり戦です。

横瀬・昇チーム（町田昇・村上尚之・町田民子）は、第１コートの審判から始まり、第１試合は、はつらつイズミに７対０で勝ちました。私は普段通りに投げましたが、チームの２人からはうまく投げられたと言われました。第２試合は滋賀健康クラブに７対０で快勝、３回戦も大阪豊中に８対０で快勝し、４回戦も二番星に７対０と全勝して予選１位で決勝戦へ進むことが出来ました。埼玉の他のチームのことが気になりましたが、１０コート中６チーム決勝へ進んだと聞き驚きました。

決勝トーナメントは、運悪く１回多く戦う組み合わせに入ってしまいましたが、また普段の気持ちで楽に投げられました。奈良斑鳩に６対３で勝ち、次の試合は埼玉同志で、さいたま・鷹巣チームにも３対２で勝ちました。準決勝はまた埼玉同士で、さいたま・古屋チームと対戦し６対２で勝ちました。最後の決勝では、さいたま・森山チームに７対２で敗れてしまい、準優勝という結果になりました。

今回の大会に参加してここまで来られたことは､チームメイト二人のお陰と感謝しています｡また、私にとってディスコンを始めてこんないい気分になれた幸せ、なんって言って良いのか？このディスコンの楽しさを強く感じました。

２日目「秋保温泉」の夕食では、会長さんもうれしかったのか声もはずんでいました。宴会も大いに盛り上がり楽しい夕食会でした。

３日目の帰りは、バスで「蔵王お釜」へ向かう予定でしたが、天気も悪く行ってもよく見えないとのことで、どこにも寄らずまっすぐ帰途につきました。バスの中でも１位から４位まで埼玉チームが取ったことで、会話が弾み観光をしなかったにしては楽しく帰れました。

私はこの大会に参加して本当に良かったと思います。今後も体に無理なく続けられるこのディスコンを続けていきたいと思います。また、皆様今後共宜しくお願いします。

（横瀬支部　町田　民子）

第１２回埼玉県ディスコン・オープン大会を横瀬で開催

例年この大会は秋に開催していますが、今回は９月に仙台で全国ディスコン交流大会が開催されるため、春の開催となりました。また今回は、横瀬町でディスコンが始められて１０周年の節目にあたり、横瀬での開催となりました。

・開催日時：令和元年５月２６日（日）１０：３０～１６：３０

・開催場所：横瀬町スポーツ交流館

・参加人数：競技者９４名、スタッフ８名、合計１０２名

・参加チーム：３２チーム（１チーム３名編成）

地元の横瀬支部８チーム､隣町の長瀞支部７チーム､さいたま支部６チーム､所沢支部３チーム、川口支部２チーム、所沢・川口合同１チームに加え、川越市から１チーム、彩の国いきがい大学１チーム、以上県内チームは合計２９チーム。県外から３チーム（東京練馬２チーム、関西１チーム）合計３２チームが参加しました。なお、欠員のあった２チームには、スタッフが補充に入り全チーム３名編成としました。

・埼玉県の大会としては初めてのアトラクションが披露されました。横瀬チーム女性有志による秩父音頭踊りの後、横瀬下郷東太鼓メンバーによる秩父祭囃子の演奏がありました。大太鼓、小太鼓、笛、鉦の勇壮なリズムに参加者一同圧倒され、感動の拍手喝采で盛り上がりました。

・競技は午前中に４試合、昼食休憩を挟んで午後に８試合を行いましたが、試合結果は都度スクリーンに表示され、各チームは自チームの位置を確認しながら試合に臨みました。

各コートで熱戦が繰り広げられ、ナイス投球やファインプレーに対して歓声と拍手が起こり、チーム同士や地域間の交流も大いに深められました。

・上位入賞：優　勝　　さいたま支部Ｓチーム（６戦全勝、勝点１８点）

優勝したさいたま支部Ｓチーム（選手：鷹巣、中川、池沢）は、見事に３連覇を遂げ、優勝カップ・個人別賞状・賞品が授与されました。【下の写真】

準優勝　　横瀬支部Ｂチーム（５勝１分け、勝点１６点）【下の写真左側】
チーム賞状と賞品授与（選手：町田留吉、町田正雄、町田ケイ子）
第３位　　さいたま支部Ａチーム（５勝１敗、勝点１５点）【下の写真右側】
チーム賞状と賞品授与（選手：石田、布瀬、森山）

賞品授与：上位３チームの他に５位、１０位、１５位、２０位、２５位の飛び賞とブービー賞が授与されました。
また、参加賞が全員に渡されました。

閉会宣言：審判長を務めた町田副会長から講評の後、９月に仙台で開催される全国ディスコン交流大会とバス旅行の案内状が配布され、山田会長から多数参加の要請がありました。

【下の写真は、閉会式後の集合写真です。】

なお、大会前夜には所沢駅近くの所沢パークホテル１階で懇親会が開催され、ディスコン談義に花が咲きました。（出席者は、関西３名、地元所沢４名の合計７名）

また、横瀬では当日１７:３０より「反省会」と称する「打ち上げ会」が開催され、参加メンバーの大部分が出席してカラオケで大いに盛り上がりました。（山田も仲間入りさせてもらい楽しいひと時を過ごしました）

（会長　山田　武）

川越市内で「ディスコン」体験教室を開く～各地域の公民館で活動が始まる～

１．活動のはじまり

3 年前、川越市北公民館から公民館事業の一環として「ゆう遊学級（高齢者学級）」の講師依頼を受けて、「地域の中で生きがい探し」と題し講演を行いました。60 歳以上の方が 80 名参加しました。この講演の中で、「ニュースポーツ・ディスコン」のリーフレットを配布して紹介したところ、館長や職員、多くの参加の方が興味を持たれました。この流れにより、昨年度北公民館の事業「いきいき暮らそう～ディスコン教室」の講師（指導）依頼を受けて、2 日間の体験教室を実施しました。参加者募集にあたり、北公民館が市報に掲載し、24 名が集まりました。県協会からインストラクター3 名が参加し指導に当りました。内容は、下記の通りです。

＊日時：平成 29 年 10 月 11・18 日（水）9：00～11:50（8：30～9：00 準備）

＊競技　コート：5m×8mサイズ、2 面使用

＊チーム編成　8 チーム（3～4 名／1 チーム）　＊時間制（13 分＋2 分インターバル 7 点先取）

＊4 チーム／1 コート、各チーム 3 試合、計 6 試合、

各コートのリーグ戦に参加された方は未経験者が殆どで、終了後は「簡単にできて楽しかった」、「またやりたいね」等の声が聞かれました。

平成 30 年度も再び、公民館主催で体験教室を企画開催する事になり、指導の要請があり受託しました。一般参加者は 22 名が参加し、県協会からインストラクター3 名が指導に当りました。

内容的には、前年の体験教室に準じて実施しました。前年に続き 2 回目の体験教室で、皆さん大変盛り上がりました。終了後有志が集まり、今後どうするか話し合いの結果現在のサークルが誕生し、今は毎月 2 回の活動を行っています。

２．各地の公民館活動

１）伊勢原公民館

7 月 26 日（金）川越市伊勢原公民館の高齢者学級「桜塾」において、「ディスコン実践指導」の依頼を受けて実施しました。実践指導は下記の通りです。

＊時間：9：00～12：00

＊参加者：一般　48 名、県インストラクター8 名　合計：56 名

＊試合方法：時間制（10 分＋3 分インターバル・7 点先取）

＊チーム編成：3 名／1 チーム、4 チーム／1 コート、各チーム 3 試合、計：6 試合。

＊コート：4m×7mサイズ　4 面使用　各コートリーグ戦を行い順位決定。

高齢者学級「桜塾」の 1 コマの体験教室でした。殆どの方が初めてのディスコンでしたが、すぐにできるようになり、皆さん大変盛り上がりました。公民館の方も熱心であり、受付、チーム編成を行っていただきました。

２）霞ヶ関西公民館

7 月 29 日（月）・30 日（火）公民館の自主開催「ディスコン体験教室」において、実践指導の要請を受けて実施しました。

＊時間：9：00～11：50

＊参加者：一般 24 名、県インストラクター12 名　計：36 名　＊コート　5m×8m　2 面使用

＊試合方法：時間制（10 分＋2 分インターバル、7 点先取）各チーム 3 試合、計各 6 試合

各コートの 1 位同士で決勝戦を行った。

＊チーム編成：3名／１チーム、合計：8チーム。コート割り：コート２面、4チーム／1コート
各チーム３試合、計６試合　各コートのリーグ戦で順位決定

１日目、２日目は、チーム編成を変更し、内容は同様に行いました。

２日目の各コート１位同志で決勝戦を行い、優勝チームに館長より表彰状が授与されました。

２日間の体験教室でした。全員が初めてのディスコンでしたが、すぐにできるようになり、皆さん大変盛り上がりました。終了後有志が集まり、今後どうするか話し合い、毎月１回開催することになりました。また12月には２人のインストラクターが誕生し、今後の活動が期待できます。

３）中央公民館

10月27日（日）障がい者青年学級「ディスコン体験教室」において、実践指導の要請を受けて実施しました。北公民館のディスコン体験教室に中央公民館担当者がオブザーバーとして参加し経験していました。

参加者は、障がい者が対象であり、ボランティアの方が競技をサポートし進行しました。

＊時間：12：00～15：10

＊参加者：学級生17名、ボランティア10名、県インスタラクター4名　計31名

＊コート：4m×8mのコートを２面使用、30m巻き尺使用

＊競技方法：時間制（10分＋2分インターバル・7点先取）

＊チーム編成・試合：8チーム、4チーム／1コート。各チーム３試合、計６試合を行った。
3～4名／１チーム、各チームにボランティアの方が1～2名入りチーム編成しました。

ローカルルールを採用:床面滑走を認め、反則点を取らない等のローカルルールを採用し実施した。

中央公民館事業で「障がい者青年学級」を開催、その１コマを頂き、「ディスコン体験教室」を行った。これは、中央公民館の担当者が川越市北公民館のディスコン体験会の見学に来たことがキッカケとなり実現したものです。障がい者は個人差が大きく、難しい場面もありましたが、チームの中にボランティアの方が入り、試合進行もスムーズにできました。受講生も好プレーには、拍手喝采・声援を送るなど盛り上がりました。

３．まとめ

公民館の方も熱心であり、愛好者の増加と共に活動が活発になり、サークル化や支部化へと進展して行くことを期待します。今後当協会では、インストラクター認定研修会や体験教室開催に関してサポートしていきたいと思います。

（副会長　磯　竹栄）

中央公民館
インストラクターの指導により
体験する皆さん

北公民館
例会で楽しむ皆さん

スポーツフェア２０１９・第２回埼玉県武道祭に参加して

このイベントは、埼玉県スポーツ協会・同武道協議会等が主催し、埼玉県レクリエーション協会・テニス等球技の種目別連盟・柔道等武道の種目別連盟等多くの主管団体が参加して開催され、ディスコン協会としては初めての参加である。

日時：令和元年５月１２日（日）9：00～15：00（ディスコンは 12：20 に終了）

会場：上尾スポーツ総合センター及び埼玉県立武道館

（ディスコンは、スポーツ総合センターのアリーナ半面を利用して行われたニュースポーツ４種目のひとつとして、5m×10m の１コートで実施）

当協会参加者：山田会長、松本事務局長、佐野（重）監事（3 名）

開会に間に合わせるべく、いつもと同様に、山田会長の運転で所沢を７：３０に上尾に向け出発。今回はすべての県レク加盟団体が参加対象ではなく、かなり絞り込まれたニュースポーツ４種目の中でディスコンが選ばれたとのことであった。(ディスコン以外の種目は､ブレイクタワー､ユニカール､ラダーゲッター)

会場に到着後直ちにコートの設営を済ませ、フェア実行役員から運営についての説明と摺り合わせを実施した後、9：20 からセンター隣接の武道館で行われた開会式に２階観覧席にて参加した。主催者の挨拶に引き続き、武道の実演や民謡連盟による五輪音頭などのアトラクションが披露された。10：00 からは各会場に分かれて武道や球技と併せてニュースポーツの体験会が行われた。ディスコンは一般参加者を適宜チーム編成して、１チーム２～３イニングずつ実技体験してもらった。参加者は２時間半くらいの間､延べ４０名弱に止まったが､｢直ぐに覚えられて楽しかった｣との声が多かった。

私の感想としては、当協会に対し数多くの県レク協のイベントに参加要請があり、山田会長の県レク協理事就任とも相俟って、県レク協内でディスコンに対する認知度は年々高まってきているとの印象を受けた。

今後の取り組み方としては、この種の県レク協の行事については、当協会内への事前 PR に努め、本部役員、各支部役員、インストラクター会員等多数の参加が望まれると感じた。

（事務局長　松本　元伸）

埼玉県レクリエーション大会 in かわぐち～ディスコン体験会に参加して～

埼玉県３８の加盟団体として市･町が持ち回りで開催される埼玉県レクリエーション協会の大会は、令和元年１１月１７日（日）川口市で開催されました。

総合開会式の会場は、午前「リリア」メイン会場を２，４００名の参加者で会場を埋め、感動的な素晴しいオープニングアトラクションで始まりました。午後は、県民の誰もが気楽に参加できる種目別交歓会（１９種目）が、市内９ヶ所の小学校や体育施設会場に分かれ開催されました。

ディスコンは、幸町小学校の多目的室（５階）にコート２面（8m×4m）を設営。埼玉県ディスコン協会山田会長の開会挨拶を受け、川口支部長をはじめ多くの会員及び近隣他支部の応援参加、更に平成大学学生の若さ溢れる皆さん方のご協力があり、緊張の中にも賑やかに、ゲスト１００名以上をお迎えする事が出来ました。体験会参加者は老若男女、年配の方から小学生や一人ではディスクを持

つ事も出来ない程の２～３歳の小さな子供さん迄、実にさまざまな年齢層の方に参加していただきました。体験時間は１３時～１５時３０分迄と長時間で、出入りは自由です。しかし、参加者が多い為一人が体験出来るのは１ゲーム又は２ゲームくらいかと思いましたが、ほとんどの参加者は最後まで何回もゲームに挑戦されました。年配の方は、後日疲れが出るのではないかと心配する程に熱中されていました。当初は恥ずかしそうにしていた子供達も一度受け取った順番札を自分の番のゲームが終了しても返そうとせず、次のゲームに参加したがる程気に入ってくれたようです。

年配者と孫のような子供達や大学生が同じチームとなり、見事なプレイには大きな拍手を送り、珍プレイには皆で大笑い、最後まで賑やかに和気あいあいとした時間を共有出来た事は、ベテランから初心者迄がハンデ無しで楽しめるニュースポーツである事が立証されたように思います。

帰り際に、練習場所・開催日程を聞いて下さる方には、事前に準備した練習会場・日程表のチラシを配布する事が出来ました。これを機にディスコンを共に楽しむ仲間として一人でも多くの方々に参加して頂けると良いなぁ～と思いました。　（川口支部　水谷　眞佐子）

【追記】

埼玉県レクリエーション大会 in かわぐちの開催に向け、試行錯誤をしながら一年間準備に取り組んできました。会員相互が協力し合い、ディスコンを楽しんで頂けるように来場者への声掛け等、安全第一に終了することが出来ました事等、心に残る楽しい大会となりました。ご支援ご協力をいただいた皆様に感謝申し上げます。ありがとうございました。

（ディスコン川口支部一同）

【追々記】

埼玉県レクリエーション大会にはディスコン協会として毎年参加していますが、今回は初めて支部組織がある川口市での開催となりました。従来はディスコン協会の本部役員と近くの支部役員数名で参加し、来場者にディスコンを体験してもらうという言わば「受け身的」な姿勢での参加でしたが、今回は伊藤支部長はじめ川口支部の皆さんの前向きで積極的な姿勢により、従来とは「様変わり」な取り組みになりました。

最大のヒットは、支部長の発案でディスコン独自のカラー刷りチラシを作製し、幅広く事前告知を行い来場者増加に努めたことです。大勢の川口市民のほか、隣接のさいたま支部の方にもお出でいただき、ディスコン体験会は過去最高の活況を呈しました。

川口支部は、昨年４月から川口市レクリエーション協会に加入しましたので、県レク大会の事前準備打ち合わせ会等にも参加してきましたが、川口市レク協の他団体からもディスコンの取り組み方法が大変良いと評価されたと聞き及びました。ディスコン協会の会長としてとても嬉しい限りで、川口支部に感謝申し上げ、私の追々記とします。

（会長　山田　武）

所沢市ディスコン協会（所沢支部）活動報告

１．第５回所沢オープン・ディスコン大会開く

2019 年 9 月 27 日（金）午後 1 時～16 時 50 分、所沢市こどもと福祉の未来館・体育館で、第 5 回所沢オープン・ディスコン大会が開催されました。

当日は、所沢支部（12 チーム）以外から「川越愛好者」2 チーム、「練馬 21 クラブ」1 チーム、「いきがい大学ＯＢ」1 チームの合計 16 チーム（選手 48 名、スタッフ 5 名：合計 53 名・内一般参加者 23 名）が参加しました。内容は次の通りです。

＊会場集合（12：50）コート設営（サイズ：5m×10mの設営・4 面）

＊チーム編成：3 名／1 チーム、（4 チーム／1 コート）×4 コート：48 名

＊試合方法：時間制（13 分＋2 分インターバル、7 点先取）

各コート 4 チームのリーグ戦で、1 チーム 3 試合・合計 6 試合を行う。

＊閉会式：16：10～16：30　成績発表・表彰式・記念写真

今回は、市報掲載や会員の口コミにより、参加者を募ったことが功を奏し、多くの参加者が集まり成功裡に終わりました。会場の関係で、ローカルルール（コート：4.5m×10m）で 4 面を使用しました。各コートとも、ナイスプレーに歓声や拍手、ハイタッチが見られ、また珍プレーには爆笑に沸きました。運営にあたり、支部スタッフの協力が大きな力になりました。

２．委託事業受託

１）5 月 11 日（土）9：00～12：00

所沢市東所沢「お達者倶楽部・お気楽会」　参加者 16 名　インストラクター2 名派遣

＊会場：マンション集会所

＊コート：4m×7mサイズ　1 面使用

＊試合方法：時間制（13 分＋2 分インターバル、7 点先取）

＊4 チームのリーグ戦、1 チーム 3 試合　計 6 試合を行った。

２）6 月 26 日（水）13：00～16：30

元気大学「ディスコン体験」、三ヶ島公民館事業

＊会場：三ヶ島公民館講堂

＊コート：4m×8mサイズ　2 面使用

＊試合方法：時間制（10 分＋3 分インターバル、7 点先取）

＊4 名／1 チーム（4 チーム／1 コート）のリーグ戦、1 チーム 3 試合計 6 試合を行った。

３）所感

地域内において、ディスコンの関心度は、徐々に高まっています。ますます高齢化が進展する中で、元気高齢者づくりの一助として、各地に普及振興を願っています。

３．次回大会予告

○第 6 回所沢オープン・ディスコン大会

＊日時：2020 年 3 月 31 日（火）　午後 1 時～5 時　＊場所：所沢市こどもと福祉の未来館　体育館

＊参加費：200 円／1 人（小学生以下無料）　＊定員：先着 20 チーム（60 名）

（所沢支部長　磯　竹栄）

ディスコンと笑顔

私がディスコンを始めて４年が過ぎました。それより長く長瀞支部は出来て５年になりました。毎週木曜日「長瀞町中央公民館体育館」施設にて練習会を行っております。コートは４面できるところではありますが毎回２面使って行っております。

私の目的としては、「多くの人との仲間づくり、そして私の健康作り」の為、ディスコンを楽しんでおります。毎回笑いに囲まれ楽しく行っていることが、私にとって元気でいられることかなと思っております。毎回のチームは、くじ引きでチームを作り４試合行いますが、最初の握手の感触でその人の元気の差が解ることがあります。その体調が話題になることもあり、この人今日は体調悪いのかな？いつものうまいこの人が、やっぱり体調悪いのかな？と思う事もあり、でも、この練習会に参加してくれる事は皆さんと会いたいのかな？それでも元気なら大丈夫と思っても私と同じ位のこの年齢で一緒に楽しく頑張りたいですね。ゲームの中で自分の思った所に最初は行っても、肝心な所で相手チームのディスクになり、思う通り行かないとき仲間に励まされ、安心して次の試合に投球をうまく投げようとしても、またとんでもないところに行きがっかりすることもしばしばあります。でも仲間みんなが大丈夫と応援してくれ元気になります。このディスコンは、毎回場面が違うので脳の働きがグルグル回り、認知症予防になると自負し頑張っております。

公民館より公民館事業に協力してくれないかとの話があり、１１月２５日公民館主催で一般参加者を広く募集してお試しディスコン講座を開きました。参加者は１１名と少ないとは思いましたが「ルール説明と実技」を行いました。今後この中から長瀞支部の会員が一人でも増えるといいなと思いながら予定時刻にて終了いたしました。

最後にディスコンは、私に取って楽しくできる場所でもあり競技が健康の源です。

（長瀞支部　福田　律子）

編集後記

令和の新年がスタートしました。昨年は全国ディスコン交流大会において埼玉県チームが上位独占の快挙を成し遂げましたが、上位入賞チームの秘訣やチームワークが良く解りました。此れからゲームをする際の参考になるようです。各支部の皆さんがディスコンに対する楽しさや、思いやりを紙面で実感しました。特に障がい者との交流は、此れからの社会において大切なことと思います。ディスコンが高齢化社会を生き抜く糧になるよう、みんなでいつまでも楽しみましょう。

（副会長　塩野谷　守夫）

発行責任者：埼玉県ディスコン協会　会長　山田 武
Tel：04-2942-3746
URL: http://www.saitama-discon.jp/