



# ベイ★キッズ

横浜子育て応援マガジン

FREE 2020 SPRING vol.036

対象エリア: 西区・中区・神奈川区・保土ヶ谷区・南区

## スポーツを楽しむ

### CONTENTS

02

特集

おもちゃで学ぼう♪  
ユニバーサルデザイン

Present  
プレゼント

SDGsってなあに?

03

まちすき きこえないママ×まちプロジェクト主宰  
松本茉莉さん

身近でできるSDGs

春のお届け便 チューリップ パパとあそぼう  
春いっぱい公園にLet's go!!

04

子どもと一緒に楽しもう  
動物園へ行ってみよう

Present  
プレゼント



のげやまくん

Credit スタッフ: 東恵子/鳴神美穂子/船本由佳  
ベイ★キッズ みなとくらす〜色あずさ 関口麗 本田真弓  
成ヶ澤美也子 真栄城舞 矢島加南子 デザイン: 川本智子  
協力: あそびい横浜・横浜市子ども植物園

● 編集・発行/ベイ★キッズ編集部 [NPO法人シャーロックホームズ] 〒220-0002 横浜市西区南郷井沢18-1-110 TEL.045-324-5033 FAX. 045-548-4514 http://baykids.jp info@baykids.jp  
\* 情報提供や広告掲載に関するお問い合わせは上記まで。 \* 紙面の無断転載を禁じます。

### 子どもの運動が嫌い?なんとかしたい!

健康に長生きするためには、生涯を通して運動に親しむことが大切です。我が子が運動を得意ならいいけれど、運動嫌いになったらどうしよう。親が教えられたらよいのですが、スポーツ万能な親ばかりではないですよ。そもそも何歳ごろに運動の好き嫌いが決まるのでしょうか。

子どもが運動嫌いになるきっかけの一つが「恥ずかしい」という気持ちの芽生えだそう。例えば音楽もそうですが、運動も、先生、家族や友達などの前で披露するのが基本となるため、「うまくできないからやらない」「自分が一番じゃないからやりたくない」という「恥」の感情が生じて、運動自体に後ろ向きになってしまうことも。何をしても褒められた幼児期から、周りとの差がわかって来る園児・児童期にかけてよくあることでしょう。しかし、たとえ不得意でも前向きに捉え、一番じゃなくても良い、勝っても負けても、早くなくても、上手じゃなくても「スポーツは楽しいもの」と子どもが感じる事ができたら、長い人生、スポーツを身近に捉える一歩になりますね。

### みんなができるようスポーツをつくってみよう

スポーツはアスリートだけのものではありません。障がい者・高齢者・子どもなど、ハンデがあってもできるよう配慮されたスポーツは、「パラスポーツ」「アダプテッドスポーツ」「ユニバーサルスポーツ」などと呼ばれ、注目されています。例えば、バドミントンコートを使う「ミニテニス」、大きめの球を使う「ラージボール卓球」、ゴルフ場に行かなくてもできる「グラウンドゴルフ」などがあります。



#### 【BTボール】

台に乗せた球を打って走る「ティーボール」を横浜DeNAベイスターズが未就学園児でも楽しめるようにアレンジ。野球に興味を持ってもらうため横浜スタジアムで大会が開かれている。

中でも多様な楽しみ方が用意された「ゆるスポーツ」は、運動神経がいいからといって勝てるわけではないのいいところ。スポーツへのハードルを下げてくれます。競技中に笑いが起こることも当たり前で「恥ずかしい」なんて気持ちも吹き飛ばしてくれます。横浜ゆるスポーツ協会の事務局を横浜市体育協会が担当しています。体育協会では、ゆるスポーツを例に「新しくスポーツを考えよう」と呼びかける出前授業も行なっています。「より小さいコートで」「持ちやすいボールで」など、条件や道具、ルールを少し変えることで、ぐっと参加障壁が下がる場合もあります。ルールをどう変えたら障がい者も一緒に参加できるのかな、誰もが一緒に楽しめるルールに変えるにはどうしたらいいのか、と、スポーツを通じて考える頭の柔らかさや原体験が、障がい者、高齢者、子どもづれなど「みんな」にとって住みやすい社会を作る発想につながることでしょう。



これもおもちゃ!? スポーツの世界! これもスポーツ!? 広げようスポーツの世界! オリンピック・パラリンピックを契機にスポーツに関心が高まるこの頃 スポーツへのイメージを広げてみませんか?

### 多彩なスポーツの世界!

#### 【ボッチャ】

パラリンピックの正式種目。目標球に向かって持ち球を近づけることを競う



## Bocchia

横浜生まれのゆるスポーツ!  
(現在ルールを検討中)

#### 【ごっちゃ】

色々なボールをごちゃごちゃに集めて行うボッチャの改造型。ボールが不規則な動きをするので誰が勝つかは誰にも読めない。



#### 【トライ・トレイン】

横浜発祥の鉄道とラグビーを掛け合わせたスポーツ。ルールに乗って誰でもラグビーのトライができる!



#### 【ポートシューマイ】

ポートボールの変形版。敵チームから腰につけた小松菜を取られないように球(グリーンピース)をポートにいるコックに投げてシューマイを完成させる。



#### ◆お話を伺った方

横浜市体育協会 青井純子さん  
障害者スポーツ文化センター横浜ラボール 田川豪太さん

