

野田市立北部中学校「ロングウオーク大会」報告（組織・指導部：平野 潤）

【24Km踏破で多くを学んだ中学生】

野田市立北部中学校の要請でウォーキング講師を2回（2日）に渡り派遣しました。

1回目は11月25日生徒410名・職員31名で講演と歩幅測定・歩測大会の予定でしたが雨のため会場を体育館に変更し、「中学生向け歩育」の講演と歩幅測定のみを実施しました。

生徒全員が規律正しく、挨拶がしっかり出来ることに感嘆しました。講演では、何故中学生にも歩くことが必要なのかを、解りやすく説明し、11月27日の大会での基本的な「美しく快適に歩くポイント」を実技指導の後、くつの履き方とストレッチを指導しました。（平野・間島・矢田貝）

2回目は11月27日（金）で当校10回目となる「24Kmロングウオーク大会」参加生徒403名・職員31名・保護者28名・合計462名で、前半10Kmまではクラス（14クラス）ごとの団体歩行、昼食後後半14Kmは5～6名のグループ歩行となり4ヶ所のチェックポイントではチェックカードと一緒に歩行をしているかの確認をしていました。

さすがに、20Kmを越えるあたりから疲れが見え始め、江戸川堤防で靴を脱いで休む姿が目立ち始めました。筆者は“足が痛い”“豆ができた”“靴ずれで痛い”の声の多さに全てに対応することはあきらめ各グループを励ましながらの速歩で、ゴールを目指しました。グループごとに弱った友の肩を抱き、あるいはリュックを背負ってあげて歩く姿に思はず目頭を熱くしながらの歩行となりました。

この24Kmロングウオーク大会は、生徒の一生の思い出となるだけでなく、大きな自然の懷に抱かれてお互いに助け合い励まし合って生きていくことの大切さを自らの貴重な経験で学んだことでしょう。この北部中で末永く大会が伝統として続くことを願うと共に、他の学校でもウォーキングが教材として取り入れられることを心から願ったことでした。（片山・平野・間島・矢田貝）

在校生：430名 職員：31名

- 1、 11月25日（木）雨 体育館 午後1時30分より
講演会及びウォーキング実技指導・歩幅測定
 - ① 講演：中学生を対象の歩育について・・・平野 潤 20分間
 - ② 実技指導：美しく快適に歩くためのポイント・・・矢田貝君子・間島紘子・平野潤
 - ③ 歩幅測定：25mによる歩幅測定・・・矢田貝君子・間島紘子・平野潤

②③各25分・・・計70分 参加生徒410名 職員31名
- 2、 11月27日（金）快晴 野外 24km 前半団体歩行 後半自由歩行（5名グループ）
 - ① ウォーミングアップストレッチ（体育館）・・・矢田貝君子・間島紘子・平野潤・片山会長
 - ② 歩行中各部に配置につき全員でゴール迄歩行指導
 - ③ 午後3時までに全員がゴール
 - ④ 参加生徒：403名 職員：31名 保護者：28名
- 3、 感想：生徒全員が極めて礼儀正しく、規律が良く守られていることに感心しました。
ロングウオーク大会第10回記念大会に相応しい大会でした。
当大会が始まってから4代目の校長先生ですが、学校の伝統行事として根付いたように思いました。職員の熱心さと保護者の理解と協力の賜物でしょう。
片山会長の参加に全員が喜んでくれました。



右側を大きく空けて利根川堤防
へ向かう生徒



ゴールして豚汁をほおぼる生徒
中央が体育主任の飯田先生

CWA秋季指導者研修会 2015 報告（平野 潤）

主催：CWA組織・指導部

場所：イオンアクティブモール スポーツオーソリティ 3階スポーツ塾

日時：2015年11月8日（日）受講修了者：37名

内容：今回の指導者研修会は、午前にウォーキングイベントや教室における安全・安心を確保するための考え方や能力について、千葉県交通安全対策室主管・県警交通管理官渡邊優氏によるパネル講演で、自転車や自動車と歩行者との関連を学びました。

今年、ウエスタ東京大会の地元住民のクレームや京王電鉄沿線ウォークのマナーを起因とする大会中止に鑑み「歩行マナーとルール」を徹底すべく、出発式での「コース説明」に代わり「歩行上の諸注意」としてマナーとルールをマニュアル化したところと共通認識できたことは、グッドタイミングの指導者研修会となりました。

午後の「AED等の心肺蘇生法」は千葉市防災普及公社主査三津谷博氏外5名による技術指導で、全員が実際に心肺蘇生方法を人形や道具を使って学びました。

この研修により、遭遇した緊急事態に対して、とっさの行動につながる自信を育むきっかけになればと願っています。



熱心に講義に聞き入る研修者



全員で心肺蘇生法を実技で学ぶ研修者