

いきいき茨城ゆめ国体2019

いばらっきーNews♪No.4

第74回国民体育大会 翔べ 羽ばたけ そして未来へ

2019年9月28日(土)～2019年10月8日(火)



国体まであと1年5ヵ月



床の上のバーベルを一気に頭上に引き上げて立ち上がる「スナッチ」と肩までバーベルを引き上げて立ち上がり、そこから全身の反動を使って頭上に差し上げる「クリーン&ジャーク」の2種目があります。3回の試技で成功した最高重量が記録となり、「スナッチ」「クリーン&ジャーク」及び2種目合計の3つで順位が決定されます(同記録の場合は先に記録を樹立した選手が勝者)。

ウエイトリフティングは、高い集中力が必要な競技のため、バーベルを持ち上げる瞬間は静かに観戦します。それ以外では、選手を鼓舞する声援を送ります。会場では、選手と観客が一体となり競技を楽しむことができます。



三浦 宏也 選手
(高萩清松高校教員)



軟式ボールを使うことを除いて、硬式野球と同じルールで行われます。試合は9イニングまで行い、9イニングを終えて同点の場合は、勝負がつくまで1イニングごとの延長戦を行います。攻守の切り替えが見た目でわかる競技で、攻撃側も守備側もチームとしての戦略が勝敗の大きな鍵になります。

明治時代にアメリカから輸入された野球は、明治・大正を経て盛んになり、全国の青少年に関心と刺激を与えました。大正時代に、子どもたちが安全に野球を楽しめるボールが求められ、軟式ボールが誕生しました。軟式野球は日本が発祥なのです。



硬式ボール



軟式ボール

軟式ボールは平成30年に規格が変更され、より硬式球に近い感覚になりました。



いきいき茨城ゆめ国体高萩市実行委員会では、国体開催に向けての啓発を行っています。

●懸垂幕を高萩市役所本庁舎に設置しました。

●公用車に、マグネットシートを貼りました。

●啓発グッズを各種イベントで配布しています。



●花いっぱい運動ボランティアを募集します。

詳しくは、実行委員会事務局まで。

いきいき茨城ゆめ国体高萩市実行委員会事務局

〒318-8511 高萩市本町1-100-1 TEL:0293-23-2019 FAX:0293-23-1126
【ホームページ】<http://www.city.takahagi.ibaraki.jp/page/dir001194.html>

