

報道資料

日本初！大学対校戦 5大学80人の大学生が躍動！ 第1回関西学生対校スポーツ吹矢選手権大会 開催

関西学生スポーツ吹矢連盟(代表:平田耕造/神戸女子大学、以下、関西学生連盟)は、この度、第1回関西学生対校スポーツ吹矢選手権大会を開催することとなりました。スポーツ吹矢の大学生による競技会は初めてのこととなります。※あえて、対「校」としています

スポーツ吹矢は、性別・年齢問わず誰でも手軽にできるスポーツとして、また腹式呼吸をベースとした健康効果の期待できる生涯スポーツとして、シニア層を中心に全国的に急速に広がっているスポーツです。特に、近年は、2013年東京国体以降、デモンストレーション・スポーツ種目として、全国障がい者スポーツ大会のオープン競技種目として、世代を問わず、国民的行事に参加しています。また、全国レクリエーション大会でも毎年、各地で競技会が開かれており、2021年には、「ワールドマスターズゲームズ関西」での国際交流競技のデモンストレーションに参加予定です。

誰でもできるスポーツ吹矢を若年層にも広げていこう、学生スポーツとして大学生にも普及し、学生間交流及び技術の向上を図り競技会をめざして、関西地区大学各校で体験会を重ねてきました。授業や同好会活動、あるいは国際交流行事など、様々な機会ですポーツ吹矢を体験し、練習に励んできた学生たちが、初の競技会に挑みます。

選手の中には、関西大学の国際部で学ぶ中国、香港、台湾、イギリス、エクアドルからの留学生もいます。留学生には剣道・弓道など同様、スポーツ吹矢も好まれています。

◆大会 概要

- 開催日時 ; 2018年11月4日(日) 10時~16時
 会場 ; 神戸市生涯学習支援センター(コムスタ神戸) 4階 体育館
 神戸市中央区吾妻通4丁目1-6 阪神「春日野」駅徒歩8分ほか
 主催 : 関西学生スポーツ吹矢連盟(代表:平田耕造/神戸女子大学副学長)
 : (一社)日本スポーツ吹矢協会 近畿ブロック
 主管 : 兵庫県スポーツ吹矢協会/大阪府スポーツ吹矢協会
 参加数 : 5大学(神戸女子大学・関西学院大学・びわこ成蹊スポーツ大学
 関西大学・天理大学) 16チーム80人
 競技内容 : 5人1組男女混合含む団体戦。6mの距離から2ラウンド合計で競う



<地元指導者から習う 左:関西学院大学 右 天理大学>

<関西大学国際部の留学生が体験>

■ この件に関するお問い合わせ先 ■

近畿ブロック長 四ノ宮 晃

TEL&FAX: 079-568-2959

(一社)日本スポーツ吹矢協会 TEL: 03-3543-1071

【参考資料】

＜スポーツ吹矢とは＞

スポーツ吹矢は、1998年に日本で生まれた新しいスポーツです。

円形の的めがけて息を使って矢を放ちます。

スポーツですから基本動作やルールがあり、その動作の特徴は腹式呼吸をベースとしたスポーツ吹矢式呼吸法であり、集中力と精神力が必要です。

1ラウンド5本で合計点を競います。

＜一般社団法人 日本スポーツ吹矢協会/1998年設立＞

当協会は、2018年に20周年を迎え、現在、全国に会員数6万人超(愛好者約10万人)、地域支部数は1300支部で展開しています。

生涯スポーツの一環として、地域公民館や各自治体の健康講座や、地域の小学校の放課後教室、社会福祉関連団体、また企業の福利厚生として活動の幅を広げています。最近では、障がい者スポーツとしてリハビリテーションの一環や、デイケア施設のプログラムなどでも導入されています。また大学での授業、同好会活動など、活動の幅を広げています。

＜主な大学での事例＞

神戸女子大学(団体会員)、京都大学大学院(団体会員)、関西学院大学(人間福祉学部) びわこ成蹊スポーツ大学(スポーツ学部)、関西大学(弓道部・国際部)、天理大学(体育学部)・同志社大学(健康科学部)

立教大学、東洋大学、東京家政大学、明星大学、成城大学、立正大学、九州共立大学、東北福祉大学、東海大学、女子美術大学、西九州大学、順天堂大学、中部大学、愛知教育大学、日本福祉大学、筑波大学、岐阜大学、三重大学 ほか

◆スポーツ吹矢の魅力

- ① 「誰でも」性別・年齢を問わず楽しめます
- ② 「いつでも」「どこでも」「手軽に」できること
- ③ 矢を的の中心に当てるというゲーム感覚で楽しみながらできるスポーツ
- ④ スポーツ吹矢式呼吸法による様々な健康効果 ※詳細 別掲
- ⑤ 精神力&集中力を高める
- ⑥ 様々な世代とのふれあいや仲間作り
- ⑦ 実力認定や競技会参加による目標ややりがい

◆スポーツ吹矢式呼吸法の健康効果

日常生活で行なう「胸式呼吸」と腹筋を使ってゆっくりと息をする「腹式呼吸」の両方を使うことによって、呼吸に関わる全ての筋肉を活用します。この2つの呼吸法を使うスポーツは「スポーツ吹矢」だけです。「スポーツ吹矢」の基本動作を行なうことによって、自然にこの呼吸法が実践でき、様々な健康効果が得られることがわかってきました。

(以下、体験談からの一例です。但し、全ての人に当てはまるとは限りません)

- | | |
|-----------------|------------------|
| ◎血管のつまりや動脈効果を予防 | ◎心を落ち着かせ、ストレスを解消 |
| ◎冷え性の予防 | ◎肩こりの改善 |
| ◎高血圧の予防 | ◎脳の老化防止 |
| ◎糖尿病の予防 | ◎内臓機能の活発化 |
| ◎喘息の改善 | ◎腰痛を予防 |