

稲敷地域クラブ活動レポート

5月号
2026

地域クラブ活動の目的と展望

休日部活動の地域展開は、地域の実態に応じて、学校・スポーツ団体・保護者・民間事業者等の協力のもと、生徒がスポーツ・文化芸術活動に継続して親しむことができる機会を確保する取り組みです。

現在、野球、陸上については地域クラブ化しており、クラブへの加入を随時募集しています。

なお、今後はそのほかの部活動についても順次地域展開していく予定となりますので、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。



児童生徒の皆さんへ

地域クラブ活動は、みなさんがスポーツや文化活動を続けていけるようにするための取り組みです。

興味のある活動に、ぜひチャレンジしてみてください。



地域クラブ紹介

稲敷ベースボールクラブ



- ・毎週土曜日
- ・8:00~12:00 (休憩1h)
- ・江戸崎中、江戸崎野球場ほか

現在3年生10名、2年生6名、1年生は7名の入部予定で全23名での活動予定となります。7月の総体に向け毎週の様練習試合を組み熱い試合を展開しています。

稲敷陸上競技クラブ



- ・毎週土曜日
- ・13:30~16:30
- ・高田小学校
- ※日曜の場合もあり (11:30~14:30)

現在は5月下旬の稲敷市・郡陸上競技大会、県南陸上競技大会に向けてみんな頑張ってる練習に励んでいます。

PICK UP

稲敷陸上競技クラブの楽しんで上達できる環境

活動は、いなしき AI くらぶの活動と同時展開で、①ウォーミングアップ、②動きづくりのドリル練習、③種目別練習（短距離、中長距離、ハードル、跳躍、投擲）、④体カアップトレーニング（筋トレ等）の流れですすんでいきます。



各自の体カや体調、技術に合わせてコーチと相談しながら内容や本数等の調整ができるので安心して活動できます。

▶ ハードルは、小学生規格のものから、中学生、高校生・一般規格まで合計 70台 を揃えています。軽くて安全なハードルなのでぶつけてもケガの心配はありません。思い切った練習ができるので上達もはやいはず。



▶ トラックは1周が200mで3レーンのセパレートにしています。そしてトラックの両サイド（左右）には110mのレーンを9レーンずつ設定しています。またレーンにはゴムシートを敷き、競技場のタータン感覚で練習ができるように工夫しています。（ゴムシートはスタートから40m、3レーン分を設置）、スターティングブロックは7台あります。



▶ 走幅跳ピットの砂場は競技場の正式サイズと同様9mの長さがあります。常に大事に整備しているので砂場の砂はふかふかです。助走路には40mの長さでゴムシートを敷いており、走幅跳だけでなく三段跳の練習にも対応できるようにしています。走高跳のピットはトラック中に設置しており、セフトイマット3枚を準備することで安全確保も万全に行なっています。（走高跳の助走路ももちろんゴムシート敷きです。）



▶ 現在指導している投擲種目は「砲丸投」と「ジャベリックスロー」です。砲丸投の投擲場はプール側トラックの外に設置（16m）しており、足場にはゴムシート、鉄製のサークルも設置しています。（練習用投擲場もあり）ジャベリックスローの投擲場はトラック内に設置（50m）にしています。

その他、トレーニング器具も充実していて皆さんの体カアップの手助けになると思います！（中学生の発達段階を考えたコーチ手作りの練習器具やトレーニング器具もたくさんあります。）



活動の詳細・加入のお申込みはこちら

<https://forms.gle/yC8XQkYeAsrHKeww7> 029-892-8661 (稲敷市教育委員会スポーツ振興課)

