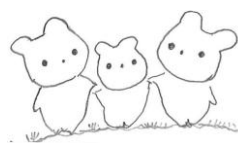


このコーナーは、区民大学“生涯学習コーディネーター養成講座”修了生が企画し取材した「区民による区民のための」手作り記事です！

シリーズ

つなごうOTA その37



羽田青年館（現羽田文化センター）発⇒ はばたく地域活動 どんぐり ～40mmの球を通して皆で楽しむ～

●リズムカルに球が行き交う

真夏を思わせる5月13日、羽田文化センターの体育館を拠点に活動する卓球サークル、「どんぐり」の練習を訪ねました。

コーン、コーン。卓球台の上を直径40mmの球が、一定のリズムを刻んで行き交う音が気持ちよく聞こえます。この日の参加者は25名。最高齢は84歳、30代40代の若い方々もいますが60代70代が中心です。年齢を感じさせないキビキビした軽いフットワークから、やる気が伝わってきます。ご夫婦や親子など、家族そろっての参加者もいて、卓球技術の向上・心身の鍛錬という同じ目標に向かってともに励む姿を羨ましく思いました。



全員で体育館を一周ランニングした後、体操、ミーティングを行い、練習に入ります。

練習の前半は、7台の卓球台を使い2人組でラリー、4人組でクロスラリーをします。タイムキーパーの「ハイ」という掛け声に合わせて、7分ごとに反時計まわりにずれていきます。総会で話し合い、より多くの相手と練習できる様に工夫した

そうです。球が思わぬ方へ飛んでいったり、スマッシュを決めたつもりが外れたりすると、笑い声が起こっていました。ところが後半の試合形式になると一転、ぴりっとした雰囲気になります。

大田区卓球連盟加入の他クラブ所属者もビジターとして参加できるので、取材時には他クラブの8名が汗を流していました。「どんぐり」の会員も他クラブへ赴き、互いに技術を高めあっています。練習時間は会員が無理なく続けられる様、16時～21時30分と幅を持たせています。

●「どんぐり」の誕生

1980年 羽田青年館で特別講座「卓球入門」が開かれました。講師の手ほどきのもと、全3カ月・11回の講座を受け、15名が修了書を授与されました。「その後も卓球を続けたい」と思う熱き心の持ち主13名が会を立ち上げました。

会の名前は、皆で持ち寄ったアイデアのうち一番親しみやすいと「どんぐり」に。後に若い男性会員から「可愛すぎる」という意見も出ましたが、「どんぐり」のまま34年続いています。

●多彩な活動

定例練習の他に、トーナメント方式の大会「どんぐり交流会」を2カ月に1度行っています。他クラブからも参加者を募って、技術レベルが同じグループを数組作り対戦します。自分たちの実力を試す機会を、皆この交流会を目指して日々の練習に励んでいます。

地域貢献の活動もしています。年に1度、敬老

の日に行う「ファミリー1日卓球教室」は、地域の子どもから高齢者までを楽しく指導しています。毎週水曜の「お元気会」は初心者高齢者対象の教室で、大人気でいつも満杯とのこと。卓球を通して多くの方が健康で、人生を大いにエンジョイしてくれることを願って活動しています。

●仲間の一言インタビュー

「好きだから」が全員の第一声です。



揃いのユニフォームを着て

- 好きで始めて30年。月日を重ねて40代が70代に、50代が80代になりましたが、一つの球を受けて返して続けてこられました。
- 練習ばかりではなく、合宿、花見会、忘年会等も楽しみの一つです。
- 試合後や練習後の一杯はたまらない。
- 試合も練習も、同じくらいのレベルの人と行うのが大変楽しく闘志も湧く。
- ラケットと球と卓球台があれば、年齢を問わず比較的手軽にできる。
- ストレス解消やリハビリ的要素もあり、脳の活性化にも良い。

- 練習中は何もかも忘れ集中でき、健康の維持・増進に役立っている。
- 週3~4回ビジターとして他クラブへ行く。
- 間口は広いが奥の深いスポーツである。
- 楽しく続けられるのも家族の理解と応援に支えられているから。感謝の気持ちを忘れない。

現在、会員数は立ち上げ時の13名から47名（男性23名、女性24名）へと3倍に飛躍しています。会員の皆様の熱意の結果です。自分の技術向上のみを目指すのではなく、会の発展のために多くの会員が役割を分担して運営にかかわって行くことも大切だそうです。

最後に「ぜひ皆様も一緒に楽しみましょう」とお言葉を頂きました。生涯青春を地で行く「どんぐり」の一人お一人に、最敬礼です。



十年ごとに活動をまとめた文集を製作する

どんぐり

代表：佐々木正巳

連絡先：03-5483-7264（菅野仁）

年会費：6000円 入会金：なし

編集：「つなごうOTA」編集委員会

《取材を終えて》

- ♪ お元気な皆さんにびっくり、ダブルスでは卓球台の下でのサインを見逃さず、息もぴったり。汗をかいた分だけ楽しみがありますね。（橋本フミ子）
- ♪ 高齢な会員の方も多量中、元気な練習風景を見ていると、卓球の持っている良い効果の一端がよくわかりました。（染谷昇）
- ♪ 会員の皆様がお揃いのどんぐりのユニフォームで、明るく楽しく卓球に興じている姿がとても印象的でした。年齢に関係なく気軽にでき、健康の維持・増進に役立っていると思いました。（伴野正弘）
- ♪ 卓球大好きという笑顔と思いにあふれた様子と、何とも云えない暖かい心の皆様に感動です。（岩男英子）