

イノアのおたより帳

第 65号 令和1年7月24日

メール hello-friends-inoa@ma.medias.ne.jp
HPアドレス http://hello-friends-inoa.com



健康体操教室
ハローフレンズイノア

〒470-2102
愛知県知多郡東浦町緒川相生の丘8-3
TEL/FAX 0562-77-3607

世界体操祭 行ってきました！

代表 伊藤 あつこ

7月6日土曜日朝、松葉杖に寄りかかりながら私は出発しました。そして、17日朝、みんなと共に松葉杖はお守りにして帰ってきました。

これが象徴するように今回の世界体操祭は、行く前から、そして行ってからも色々なことがありました。私が初めて1991年にアムステルダム大会に行ってきた以来、今回は7回目の世界体操祭ですが、こんなに色々あったことはありません。それをみんなで乗り越えての15分発表と日本のタベの発表。見てくださった方々から感動しました！という言葉も頂戴しました。イノアがモットーとする「みんなで作る作品」個人個人が自分の精一杯を表現する（自分が生きている、動ける喜びを表す）そして、「発表を楽しむ（練習で苦労して、発表では失敗を恐れず思いっきりはじける）」を実践してきた大会だったように思います。8か月間の練習は簡単ではありませんでした。練習期間を短縮。一人一人の努力の甲斐あって、素晴らしい発表になったのでは？と、ここ数日ビデオを見てそう思っています。

世界体操祭は一番大きな健康体操の発表大会ですが、このモットーは地域の小さな大会から、町のお祭りまで変わりはありません。日頃は地道に自分の体力や能力を高め、その成果を一つの発表を通じて確認する。確認の場は目標の場でもありません。競争をしないだけに、一生やり続けるモチベーションは何か目標を持つことにあると思います。健康体操は中高年の方が多くやっているのですが、人生100年時代、高齢になってからも生き生きと人生を楽しみたいためには、

何か目標がある
一緒に楽しむ仲間がいる

一、やりたいことがやれる元気、体力、気力がある
さらに、やりたい事や目標が世の中の役に立ったり誰かの役に立ったりすればなお良いし（健康であること自体家族の役に立っています）、仲間が世代を超えていたらなお良いし、自分だけではなく家族みんなが、自分の周りの人みんなが生き生きしていたら素晴らしい。こんな理想を実現することができると健康体操だと思えます。

7回目にして初めての開会式延期！！雷と共に嵐が来るという予測の元、開会式が中止になり、中日に移動になりました。これを可能にしたのは、大会全体が大会アプリで参加者に情報提供したという、スマホ時代の運営でした。大会プログラムも紙ベースはありませんが、みんな大会アプリにより情報を得、ニュースを聞き、3万人の参加者が開会式の中止を知るのです。これがあつたからこそ、スムーズに開会式は中止され、皆安全にホテルに戻ったのでした。これから世の中はスマホとデジタルの社会になっていくのだと実感し、還暦を迎える私はこれに対応していく能力を求められるのだと考えさせられました。私たちが参加者のほとんどがスマホを持ち（70代でも！）、おかげで班長会はラインで情報共有、班長会に時間を取られることもなくなり楽でした。

さあ、頭も体も新しい世の中に対応していく気概を。でも人間としての心の持ち方、温かさの必要性はきつと何千年前と変わらない。そしてこれからも変わらないのだと思います。

第16回 世界体操祭 2019 で発表してきました！

2019.7.7~7.13

オーストリア ドーンビルン市 にて

フィナーレ！！



開会式



↑ メイン会場へ電車待ち
⇐ メイン会場の大会マーク前で

参加者の感想

- ・8ヶ月間一緒に練習してきた仲間と、素晴らしい舞台上で発表できたことが、とても嬉しいです。
- ・あつこ先生に感謝！仲間に感謝！家族に感謝！友人に感謝！
- ・練習 大変だったけど、やり切れた自分にバンザイ！
- ・観客の応援と一体になって演じた気持ちのよさは、最高に楽しかった！
- ・開会式で国旗とイノアの旗を持って入場したことが、嬉しかったし日本人として誇りに思えた。



ジムナ旅行記 ビデオ上映会

場所…イノア BUNBUNハウス
時間…すべて9~15時

★どなたでもOK！フリータイム！ 出入り自由！ です。
★コーヒー飲んで休憩もありですよ！

日にち	上映内容	
	9:00~11:45	12:15~15:00
7月28日(日)	スイスのタベ	ノルディックのタベ
8月4日(日)	イノアの発表	ドイツのタベ
8月11日(日)	ドイツのタベ	FIG Gala
8月18日(日)	作品	スイスのタベ
8月25日(日)	FIG Gala	ドイツのタベ

***** 大会日程 *****

- 7月7日 開会式…嵐の天気予報のため中止
- 7月8日 1回目 グループ発表
スイスのタベ 鑑賞
- 7月9日 2回目 グループ発表
ドイツのタベ 鑑賞
ノルディックのタベ 鑑賞
- 7月10日 開会式
ドーンビルン スペシャル 鑑賞
- 7月11日 日本のタベ 演技発表
- 7月12日 3回目 グループ発表
- 7月13日 FIG Gala(優秀チーム演技発表)鑑賞
閉会式



宿泊ホテル周辺

ギリシャ大会
参加予定です！

…… 予定 ……

- 第7回 ゴールデンエイジ クレタ島(ギリシャ) 2020年10月
- 第17回 世界体操祭 アムステルダム(オランダ) 2023年

