

## 2部門で常陸大宮が優勝！

12月1日、県立大子広域公園で茨城県スポーツ少年団大子・大宮ブロック交流駅伝競走大会が4部門に分かれて行われ、常陸大宮フェアリーズが低学年の部で3連覇、高学年の部で5連覇を飾りました。

### 〈低学年男子の部〉

優勝 大子サッカーC  
準優勝 上小川A  
第3位 佐原

### 〈低学年女子の部〉

優勝 常陸大宮フェアリーズ  
準優勝 J・ドリームC  
第3位 大宮水泳

### 〈高学年女子の部〉

優勝 常陸大宮フェアリーズA  
準優勝 J・ドリームA  
第3位 常陸大宮フェアリーズB

### 〈高学年男子の部〉

優勝 大子サッカーA  
準優勝 山方サッカーA  
第3位 大宮水泳



▲写真前列：低学年女子の部で優勝した常陸大宮フェアリーズの皆さん  
写真後列：高学年女子の部で優勝した常陸大宮フェアリーズAの皆さん

## ニュースポーツ紹介⑥ 「スポーツ吹矢」

スポーツ吹矢は、健康推進を目的としたスポーツです。ゆっくりお腹で息をする「腹式呼吸」と日常生活で行っている「胸式呼吸」。この2つの呼吸法を使う「スポーツ吹矢式呼吸法」は、運動効果だけでなく、精神集中や血行促進にもよい影響を与えます。

ゲームとしては、円状的の的を目標として5本の矢を吹いて採点します。的の中心が7ポイントで、円の外側程ポイントが低くなります。簡単なルールなので、年齢に関係なく誰でも手軽に始められ、ゲームを楽しみながら健康へもよい効果をもたらすスポーツです。



## 勝田マラソンで3位に！

1月26日にひたちなか市で開催された第62回勝田全国マラソンで、市内在住の木村世奈さん(茨城大学4年)が女子の部第3位に入賞しました。フルマラソン初挑戦での快挙です。

木村さんは、昨年12月に開催された第30回茨城県民駅伝で常陸太田市チームの選手として第6区を走っていただきました(写真参照)。

