

19 ミニテニス

心のふれあい



生涯スポーツ

健康づくり

昭和61年（1986年）4月に生涯スポーツとして東京都立川市で誕生したニュースポーツです。

老若男女問わず、その時々にあった年齢や体力に応じてゲームが楽しめるのが特色です。

ミニテニスは、テニスラケットを若干小さくしたものと、ビニール製のボール（直径約13cm）を使いバドミントンコートでプレーします。

サーブからレシーブまですべてワンバウンドしたボールを打ちます。3ゲーム中2ゲームを先取した方が勝者となります。1ゲームは6ポイントとし先取した方がそのゲームを取ることであります。

埼玉県ミニテニス協会

事務局

〒344-0116 春日部市大倉277-54 戸辺 様方

TEL・FAX 048-746-7875

E-mail auhiroshi67@gmail.com

主な事業

- ・彩の国ミニテニス大会（県民総合体育大会）
- ・講習会・教室
- ・全国ミニテニス大会（全国各地）



20 レクリエーションダンス

どこかで聞いた音楽で、いつでも・どこでも、創って踊れるのがレクダンスの楽しさです。



レクダンスとは、簡単な説明でだれでもがすぐに踊りを楽しめ、伝統にとらわれず対象の人々に合わせてアレンジを可能にし、好みの音楽や流行歌などの音楽に合わせて振り付けや構成ができるダンスです。レクダンスを通して、健康体力の維持増進や地域での仲間づくりができます。

埼玉県レクリエーションダンス連盟

事務局

〒339-0004 さいたま市岩槻区徳力963-1

新井 様方

TEL・FAX 048-794-2169

E-mail katoreaj@msa.biglobe.ne.jp

主な事業

- ・全国レクダンス巡回講習会
- ・レクダンス講習会
- ・埼玉県レクダンス大会
- ・レクダンス特別講習会
- ・レクダンス指導者研修会他



21 釣り

大自然の中で魚との対話を楽しむスポーツレクリエーション

釣りは年齢性別を問わず誰でも楽しむことができます。大きく淡水と海水の釣りに分かれております。日本は島国ですので釣り場が豊富で、釣りの対象魚も数多く、釣り方も様々あります。魚が相手ですので、一人でも楽しむ事ができますし、大勢で競い合うこともできます。楽しみ方がいろいろあり、懐の深いレクリエーションです。



公益財団法人

日本釣振興会 埼玉県支部

事務局

〒363-8509 桶川市赤堀2-4 マルキュー(株)内

岩井 孝雄 (Takao Iwai)

TEL 048-728-0964 (直通)

FAX 048-728-3923

URL <http://jsa-saitama.org/>

主な事業

- ・みんなで遊ぼうフィッシング祭り
- ・家族釣りの祭典
- ・放流事業
- ・水辺の清掃活動
- ・「釣りマナー」啓発活動
- ・「釣りの安全対策」啓発活動