

報道資料

平成 23 年度 公式大会スタート 1100 名が熊谷ドームに集結
第 14 回 スポーツ吹矢全国大会
第 19 回 スポーツ吹矢フェスティバル 同時開催

(社)日本スポーツ吹矢協会は、平成 23 年度の最初の競技大会である「第 14 回スポーツ吹矢全国大会」並びに「第 19 回フェスティバル」を同時開催します。

東日本大震災の影響で、一部スケジュールを見直し、秋に予定していた「第 19 回スポーツ吹矢フェスティバル」をこの度、同じ会場で行うことにしたものです。

「全国大会」は出場資格が初段以上の有段者で、まさにその名の通り全国から有段者が集い、実力日本一を決める競技会です。昨年まで東京体育館で開催しており、協会本部主催の大会が東京以外の場所(くまがやドーム)での開催は初めてのこととなります。

「フェスティバル」は、無級・級位者を対象とした初心者向けの大会です。初めて競技に参加する方が多いのが特徴です。

両大会とも【個人戦】【団体戦】が行われ、2大会合わせて出場選手 1100 名という過去最大規模の競技会が繰り広げられます。会場内は、ご観覧いただくことができます。

また、今大会より『日野原重明杯』が制定され、「全国大会」10m最高得点優勝者に授与。

◆競技会 概要

開催日時 ; 平成 23 年 6 月 5 日(日)

9 時 30 分 開場 受付: 2 階観客席入口

9 時 55 分 開会式 10 時 15 分 競技スタート

14 時 50 分 団体戦スタート 16 時 00 分 閉会式

開催会場 ; くまがやドーム 体育館(埼玉県熊谷市上川上 300)

開催内容 ; 競技会【個人戦】※男女別 4 ラウンド(20 本)の合計得点による

全国大会 距離 8m(初・二段)、10m(三段以上)

フェスティバル 距離 6m

【団体戦】※1チーム5人 2 ラウンド

全国大会(距離 8m)、フェスティバル大会(距離 6m)

参加人数 ; 1,104 名 (全国 874 名/フェスティバル 230 名)

後援 ; 文部科学省 (全国大会)



全国大会の様子(昨年 東京体育館)



くまがやドーム 外観

■ この件に関するお問い合わせ先 ■
 社団法人日本スポーツ吹矢協会 広報部
 TEL: 03-3543-1071 FAX: 03-3543-1072

<参考資料>

◆出場者のプロフィールについて

①男女別の内訳

全国大会	874名	男性 616	女性 258
フェスティバル	230名	男性 131	女性 97

②主な県別出場者数の内訳

埼玉 325名、東京 214名、茨城 162名、群馬 134名、神奈川 104名ほか
※全国大会へは福島県から 13名出場
※岡山県から 8名、広島県 1名出場

③出場者の年齢について

※フェスティバルに 2人の小学生が出場
※全国大会へ 80歳代の選手が 11名出場

当協会は、平成 10 年 4 月に設立、14 年目を迎えます。平成 19 年 4 月には文部科学省より、社団法人の認可を受け、現在の会員数は 2 万 4 千人、全国の支部数は 570 支部(平成 23 年 3 月末現在)で展開しており、年々、愛好者が増えております。

腹式呼吸を使った誰でもできるスポーツとして、自治体の生涯学習(高齢者大学や健康講座)、学校教育(放課後教室)、カルチャー教室、また企業の福利厚生として活動の幅を広げています。最近では、障がい者のスポーツとしてリハビリテーションの一環にも取り入れられ、健康を目的とした新しい国民的スポーツとして注目されています。

◆スポーツ吹矢とは？

スポーツ吹矢とは、簡単に言えば筒に矢を入れて人間の呼吸で円形の的をめがけて矢を放つスポーツです。弓道やアーチェリーは腕を動力とするのに対し、吹矢は「息」が動力です。高い運動能力や腕力はいりません。

スポーツですから基本動作やルールがあり、その動作の特徴は、腹式呼吸をベースとしたスポーツ吹矢式呼吸法で、集中力と精神力が必要です。

◆スポーツ吹矢の魅力

①「誰でも」性別・年齢を問わず楽しめます

～体力に関係なく瞬間的に息を強く吐くことで矢を的に命中させるため、呼吸法を学べば、小学生から高齢者まで楽しめる国民的スポーツです

②「いつでも」「どこでも」「手軽に」できること

～場所も服装も選びません。筒と矢と的があればすぐ始められます。

③ 矢を的に中心に当てるというゲーム感覚で楽しみながらできるスポーツ

～命中した時の爽快感はストレス解消にもつながります

④ スポーツ吹矢式呼吸法による様々な健康効果

～血行促進・細胞の活性化に役立ち、内臓の諸器官にもよい影響を与えます。
また腸にも大きな刺激を与え、便秘や食欲不振にも効果的です。

⑤ 精神力&集中力を高める

～高い運動能力や腕力は必要ない代わりに、精神力と集中力が必要です。

⑥ 様々な世代とのふれあいや仲間作り

⑦ 実力認定や競技会参加による目標ややりがい

◆スポーツ吹矢式呼吸法の健康効果

日常生活で行なう「胸式呼吸」と腹筋を使ってゆっくりと息をする「腹式呼吸」の両方を使うことによって、呼吸に関わる全ての筋肉を活用します。この2つの呼吸法を使うスポーツは「スポーツ吹矢」だけです。「スポーツ吹矢」の基本動作を行なうことによって、自然にこの呼吸法が実践でき、様々な健康効果が得られることがわかってきました。

以下は、スポーツ吹矢を実践して得られた健康効果の一例です。

(但し、個人差・個別差がありますので、全ての人に当てはまるとは限りません)

- | | |
|-----------------|------------------|
| ◎血管のつまりや動脈硬化を予防 | ◎心を落ち着かせ、ストレスを解消 |
| ◎冷え性の予防 | ◎肩こりの改善 |
| ◎高血圧の予防 | ◎脳の老化防止 |
| ◎糖尿病の予防 | ◎内臓機能の活発化 |
| ◎喘息の予防・改善 | ◎腰痛を予防・改善 |
| ◎免疫力を高める | ◎美肌・ダイエット効果 |

<日本スポーツ吹矢協会の歩み>

- | | | |
|---------------|------|---|
| ■1998年(平成10年) | 4月1日 | 「日本スポーツ吹矢協会」設立 |
| ■1998年 | 4月 | 「第1回スポーツ吹矢全国大会」開催 |
| ■1998年 | 6月 | 「会報」発刊 |
| ■1998年 | 11月 | 「第1回スポーツ吹矢フェスティバル」開催
～以降、毎年春秋2回開催 |
| ■2006年 | 3月 | 「ジュニア部」発足 |
| | 6月 | 「ジュニア育成部」発足 |
| | 9月 | 「ハワイ総支部」結成 |
| | 12月 | 「障がい者サポート部」発足 |
| ■2007年 | 1月 | 会員数1万人を突破 |
| | 4月 | ・創立10周年を迎える
・社団法人の認可が下りる
「第1回青柳杯」開催 |
| ■2008年 | 5月 | (財)日本レクリエーション協会 加盟 |
| | 9月 | 「第1回障がい者スポーツ吹矢競技会」開催 |
| ■2009年 | 10月 | 「第1回ジュニア競技会」開催 |
| ■2010年 | 4月 | 会員2万人を突破 |
| | 5月 | 地域支部500支部を突破 |

【社団法人 日本スポーツ吹矢協会】

- | | |
|-------|--------------------------------------|
| □所在地 | 〒104-0061 東京都中央区銀座3-10-9 共同ビル |
| □会長 | 青柳 清 |
| □最高顧問 | 日野原重明(聖路加国際病院 理事長) |
| □会員数 | 24,000人 (2011年3月末現在) 男女比5:5 年齢6歳~96歳 |
| □支部数 | 全国 570 (2011年3月末現在) |