



Let's Play Indiaca

*Japan
Indica
Association*

発行者 日本インディアカ協会

〒101 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-25-2
修養団会館

(財) 日本レクリエーション協会内

03 423 1 2 4 1

大会
合える
知り
人
と
め、
楽し
を
を
大会
カ
イ
ン
日
東
85
プ
大会
打
を
流
る
み
き
や
だ
け
と
で
間
上
主
つ
こ
ポ
ー
ッ
て
な
人
は
な
い
出
は
な
グ
や
ヤ
テ
イ
ン
で
は
み
ま
つ
い
も
け
勝
し
ま
多
く
ナ
メ
ら
だ
ば
一
日
勝
味

インディアカッティングだろ？ 誰もがスポーツする楽しさを体験できるみんなのスポーツ。跳んで打って、転んでそして笑って汗を流し、いつのまにか仲間をつくるみんなのスポーツ。単にとっつきやすい手軽なスポーツというだけではないはずだ。

ところで、最近の市民スポーツで問題となっているのが、競争至上主義によるさまざまな弊害。勝つことばかりに夢中になって、スポーツの他の楽しみを忘れてしまっている点だ。勝つためにはヘタな人は邪魔だし（つまり仲間を追いつ出す）、定期的な活動は楽しみではなく厳しい訓練だし、ハイキン

グや花見、いも煮会、ホームパーティー、などなど他の活動を楽しんでいる暇はない。クラブの活動はみんな勝つことにしげられてしまふのだ。だから、仲間のつき合いいもスポーツの練習や大会の時だけ、ということがよくある。

勝つことばかりに夢中になってしまふのには、大きな理由がある多くの市民スポーツの大会がトーナメント方式で行なわれているからだ。これではまず、勝たなければ一回しかプレーを楽しめないし、勝つことのみが喜びであり、意味のあることになってしまふ。

参加チームは、絶対にありえないことなのに、みんな優勝しにくる。大会

が終ると、負けたチームはくやしがりながら、そして優勝したチームは喜びながらも、もう次回大会での優勝を心に誓って帰るのである。仲間をつくるインディアカプレーだけでなくさまざまなレクを楽しむインディアカの愛好者はもっとスポーツを豊かに楽しみたいと考えてきた。そこで誕生したのが優勝チームをつくらないで入賞チームをつくる「亀の子リーグ+コート入賞方式」東日本大会で採用されているものだ。

具体的な対戦方法は別掲のとおりだが、この方式のよさはなによりも誰もが余裕のある満ち足りた笑顔を見せていること。負けたチームだって、充分プレーを楽し

めたかくくやしさに顔を歪めていたりしてない。勝った喜びもチームだけに集中せず、入賞チーム全体に広がっていく。

第一、勝ち負け以外にもこの大会にすれば体験できる楽しみはたくさんある。遠くからきた知らないクラブ同士が、プレーを通して知り合い、仲間となるのだ。

また、東京都中野区のインディアカラブベタンこのように、大会を自分たちのステージととらえて手づくりのユニフォーム、本格的な横断幕でバッチリ決めて楽しんでいる例や、郵便局チームのように、しっかりと背中にゼッケンをつけ郵便局のPRをしている例もある。大会をきっかけに知り合

いとなり、相互に引きあって交流試合を楽しむというケースも生まれている。大会は、楽しみの場、出会いの場である。

こんな大会を待っていた／あなたも、勝負一色ではなく、プレーの楽しさ、人と知り合う楽しさ、自分をみせる楽しさにあふれ、豊かな色合いを持つインディアカ大会を開いてみては？

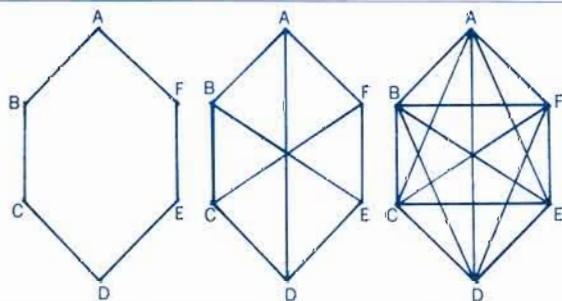
（参加チームの声）

★モニング(武蔵野市軽スポーツクラブ) Ⅱできて三年目。インディアカのほかにもフオークタンズや卓球・バトミントンも楽しんでます。毎週いい汗かいてますよ。この大会の雰囲気いいですね。わたしらでも、対等ですから。

★ブラックアイズ——このTシャツみて、素敵でしょ。仲間が決めたの。なぜ、ブラックアイズかですって。だって目黒区の青年教室のメンバーだもん。え、わかんないの。めくく。目黒よ、にぶいわね。大会は初参加。めいっばい楽しいわ。

別所婦人会（埼玉県大宮市）——運動不足とストレス解消のためというので始めました。でも私たち、実は大の運動嫌いだっただけです。学生時代はいいやでしようがなかった。それがインディアカを始めて、スポーツの楽しさを知りました。こんなに気持ちのいいものなんです。勝てなくなっても楽し

こんな大会待っていた！



■亀の子リーグ＋コート入賞方式

一コートで六チームが対戦。参加チームに応じて、図のようにに総当りリーグにするか、四試合にするか、三試合にするか、二試合にするかを決める。二試合ではものたりないし、総当りは一日で終える場合、ちよつとハードすぎる。入賞は勝率によって決める。たとえば、三試合で行なった場合で、A・Bともに同勝率の場合は、3点マツチ（3点先取したチームの勝ち）、または、的当て（インディアカをサーブ位置から打ってネット越しにある的に当てる。距離は10m）により決定。チーム全員が打って差が出るまで行なう（ゴルフのサドンデス方式）。



ゲームが終わればもう知り合い。くやし涙を流すほど、勝ち負けだけがすべてではない。おさなりの握手ではないところがインディアカの大会だ。

この笑顔を見てほしい——東日本大会スナップ



この笑顔／この喜び／眉尻決して激戦に勝ったわけではない。対戦結果が同率のための当てゲームで順位を決めた際、みごと勝ったというわけ。うれし泣きなんて内向しないで、楽しさが広がっていくのだ。



コートの中では、激しい攻防。スピーディな応酬こそインディアカの醍醐味だ。もちろん初心者同士でも、攻防は楽しめる。それがインディアンカの特徴だ。



インディアカ大会は自分たちの雄姿をみせるステージでもある。オリジナルデザインのTシャツで、ピースサインも決まる。写真の中野区インディアカクラブべたんこはこのメンバーで男女混合クラスに参加した(右)。うん？これはなんだ。実は埼玉県有加須郵便局チームがちゃっかりやっている郵便事業のPR。なんだか楽しいではないですか(左)。

インディアカ情報報

インディアカ普及・振興の3ヶ年計画検討中！

日本インディアカ協会の前身である「振興会」が設立されたのが一九七七年十月。八十年四月に現在の協会へと組織拡充し、はや八年の年月がたった。インディアカの公認審判員の数も四千を越え、府県単位の組織(県インディアカ協会等)が、十一団体、市町村単位の組織(市インディアカ協会等)が七団体設立されるに到った。インディアカ人口もおおよそその計算では六十万人くらいだろうといわれている。

このような普及状況をもとに、さらに普及・振興をすすめていくために、より組織を整備、改善していかなければならないが、そうした課題を検討していくための委員会を、日本インディアカ協会の中に設置した。

十月から毎月一回検討会を開き、昭和六十一年度から計画に基づいた施策を推進していく予定である。計画の内容については決定次第お知らせするが、ここでは検討している内容を簡潔書きに紹介しよう。

2 地域組織強化策 指導員制度の確立

来年度四月からこれらものを順次推進し、昭和六十三年度には、計画を完成させる予定である。会員のみなさまの協力をぜひともお願いします。

インディアカに隠された秘密を二存知？

インディアカは西ドイツでつくられているのは、みなさんご存知だと思う。そのインディアカに西ドイツからのプレゼント？が隠されているのである。

スベア羽根を交換したことのあつた人なら知っているかもしれない。ゴム軸の下に西ドイツの「ベニー」コインが現れることがあるのだ。度々部分のゴム軸にちようど入る大きさで、おそらく重さを調節するために入っているものと考えられる。すべてのインディアカに入っているわけではないところが、かえって発見した時の喜びにつながる。

- 3 普及の具体的施策
 - a 競技・大会の持ち方
 - b 用具・服装等
 - c ルールの見直し
 - d 広報活動のあり方
 - e 登録制度の整備・見直し
- 4 財政計画

敬稱略同

☆奈良県

☆ 広島県

☆山口県

☆香川県

島村孝子 井田信男 平野信雄
田中孝子 吉成寛 島本健己 松本
孝子 丸島孝子 岸上孝子 田
代孝子 岡田真司 渡村昭敏 吉
岡孝子 上島孝子 岡田源代
岡田孝子 中島英 岡田孝子 方山家
子 中村孝子 田中孝子 川西孝
子 渡辺孝子 中西孝 飯沼孝
渡辺孝子 西村孝子 阿元紀孝
松岡孝江 守田孝子 堀田孝子
鶴岡孝子 山川孝子 神代孝子
寺川山孝子 平野孝子 青川孝
子 地井孝 神谷武治 渡辺孝
子 藤田孝 田中孝子 岸村孝
平 藤田孝 飯沼孝 渡辺孝
定之 岡本孝 岡本孝子 森
本孝 白木正雄 山田孝子 森
野孝 渡辺孝 大島孝子 吉成孝
村上孝人 北田孝子 中田孝
平山孝子 丸島孝子 久津孝子
清水孝昭 岡田孝 山本孝 高
孝一 山本孝子 渡辺孝子 野本
孝子 藤田孝子 岡田孝
子 江口孝子 山田孝 吉成孝
子 山田孝 渡辺孝子 岡田孝子
岡田孝子 平野孝子
☆佐賀県
江崎孝人 藤田孝 渡辺孝子
山崎孝子 吉成孝子 山崎孝
平山孝 山口孝

☆長崎県

1000

☆大分県

☆鹿兒島県

☆沖縄県

▼一九八四年三月二十三日～一九八五年五月八日までの取得者

☆山形県

☆茨城県

☆埼玉県

☆千葉県

☆神奈川県

☆愛知県

☆大阪府

☆三重県

☆ 栃木県

☆東京都

☆ 広島県 ☆
☆ 香川県 ☆

☆香川県

☆宮崎県

☆長崎県

☆福岡県

われらインディア仲間

竹の子狩りも楽しむ

②茨城県土浦市健康体操同好会（土浦インディアカ）



昭和五十六年四月、土浦市石岡
地方社会教育センターの主催する
春季講座・健康体操の受講者のう
ち希望者二十一名が集って健康体

操同好会を結成した。講座は、各
種体操とインディアカを行なった
ことから、会の活動も体操とイン
ディアカが中心となり、五十七年

四月、「土浦インディアカ」の名称
で日本インディアカ協会に加入し
た。

現在会員は二十四名、男性五名
（平均六〇歳）、女性十九名（平均
三九・三歳）という構成で、会長
一名副会長一名、合計二名の役員
をおいている。ただし、会の運営
はみんなで行なうと、兼用は輪番
制で全員が行なうことにしており、
役員の負担を軽くしているのが運
営の特色。会員は、一カ月七百円
で、二カ月前納制になっている。

定期的な活動は、月二回以
上、会員の中心が主婦のため、
平日の午前九時～十二時、あ
るいは午後一時～三時の半日、
市内の体育館を利用して行な
っている。春季講座の講師で
あり、会発足後もずっと面倒
をみていただいている野口講
師の指導で、体操とインディ
アカに汗を流している。毎回
十五～二十名前後が参加する。
対外試合も積極的に行なっ
ている。五十七年から六十年
まで一般女子男女混合クラス

に一チームずつ、連続して東日本
大会に出場、三位と二位各一回ず
つの入賞をはたしている。関東ブ
ロック大会にも一回出場したこと
がある。

また、県内の勝田チームとは年
一、二回、交互に相手を迎えて練
習試合を行なっており、楽しみの
ひとつとなっている。今年は、茨
城県のインディアカ大会が開催さ
れ、そこにも出場した。

月二回の定期的な活動のほか、
親睦を深めるために、毎年七月の
前期活動終了時と四月の総会終了
後に昼食会や忘年会、野口講師の
好意で所有の竹林での竹の子掘り
と採り立ての竹の子料理を楽しむ
竹の子狩りを行なっている。その
ほか、鹿島海岸松林での茸狩り（写
真・筑波登山・観梅ハイキングを
有志で楽しんでおり、インディア
カを中心に、余暇の楽しみを広げ
ている。今年からは、体操のあと
にボーリングも始めている。結成
以来四年目、今後も週一回いい汗
を流したい。

連絡先 340 土浦市桜町3-1-13
大柴巖正方

全国のインディアカ協会

（一九八五年十二月一日現在）

- ☆青森県 039-01 三戸郡南部町
大字沖田面字本村34
(Tel 01793-4-2451)
- ☆秋田県 010 秋田市北錦町1-
47 (Tel 0188-63-8491)
- ☆宮城県 090 仙台市中央1-1
1 仙台駅構内国民休暇村協会仙
台案内所宮城県レク協内 (Tel 0
222-27-4806)
- ☆岩手県 021 一関市新町20 畠
山隆方 (Tel 0191-23-201
0内212)
- ☆山形県 090-23 山形市蔵王飯
田637 山形厚生年金休暇セン
ター内 (Tel 0236-32-62
11)
- ☆茨城県 030 水戸市新原2-11
1 県武道館内 茨城県レク協
会内 (Tel 0292-53-5322)
- ☆埼玉県 036 浦和市大谷場2-
5 26 鈴木花子方 (Tel 048
8-82-1612)
- ☆中野区 065 東京都中野区野方
2-50-1 黒岩美枝子方 (Tel
03-386-9585)
- ☆八王子市 042 東京都八王子市
大横町1-9 第1加地ビル5F
八王子市レク協内 (Tel 042
6-25-8009)
- ☆酒々井町 285 印旛郡酒々井町
中央台4-11 酒々井町教育委員
会社会教育課 担当・河合 (Tel
0434-96-1171内185-6)
- ☆愛知県 045 半田市花園町6-
7-4 伊藤昭治方 (Tel 056
9-23-2244)
- ☆大阪府 042 大阪府南区上本町
4-1-10 上本町サービステ
- ☆高松市 0760 香川県高松市番町
1-8-15 高松市教育委員会市
民スポーツ課内 (Tel 0878-
39-2626)
- ☆多度津町 0761 香川県多度津
多度津町本通1-8-33 横田竹
士方 (Tel 08773-3-31
17)
- ☆北九州市 080 福岡県北九州市
戸畑区千防1-1-25 北九州市
福祉文化センター4F 北九州市
レク協内 (Tel 093-882-48
16)
- ☆長崎県 0850 長崎市西山町1-
220 長崎県青年会館内 長崎県レ
ク協内 (Tel 0734-31-1
080)
- ☆延岡市 082 宮崎県延岡市野田
町5277-2 岸田善恵方
(Tel 0982-33-1698)
- ☆沖縄県 090-11 石川市字石川
3491-2 石川自然の家内
(Tel 0489-64-3263)

★インディアカ ハンディターオル発売ノ

「85インディアカ記念ハンディ
ターオル」をつくりました。青と赤
のインディアカカラーを基調にし
た英字入りです。大会の参加記念
品としてお使いください。1枚150
円（送料別）100枚以上は1割引。
詳しくは、日本インディアカ協会

JAPAN INDIACA
ASSOCIATION



地域情報

インディアカ まちからまちへ

千葉県

☆県教育委員会が

インディアカの ンフ作成

インディアカを紹介する「軽スポーツで健康ファミリー」と題した三色刷りのパンフレットを千葉県教育委員会が作製、市町村の教育委員会をはじめ公民館、体育館に配布している。

イラスト入りで、競技方法、ルールのほか、ワンタッチ・インディアカやインディアカ送りなど、インディアカを使ったゲームも紹介している。A4版変形の四つ折サイズ。千葉県では、酒々井町をはじめ市川市や船橋など各地でインディアカがさかんだが、これによりさらに普及がすすむそう。

埼玉県

☆中・高年の主婦に

好評のインディアカ大会

所沢市教育委員会では、毎年スポーツシーズンのオフである二月に、四十五歳以上の主婦を対象としたインディアカ大会を開いてきたが、それをきっかけに愛好者が増え、市体協内レク連盟が独自に大会を開くようになっ

ています。そうしたインディアカ大会の常連参加チームで、第一回から参加しているのが所沢市レククラブ。

インディアカを中心になって普及してきた所沢市レククラブは、もともと民謡を主体に活動をするめてきたが、六年前、インディアカを民謡の仲間から紹介され、次いで市が体力づくりのひとつとしてインディアカ大会を開いたことから、積極的にクラブ内でも行うようになった。

会員は中高年が中心で、バレーボールは無理だが、ゲートボールはいやという世代。そこにインディアカが入ってきたわけだ。スマートで誰もができて楽しいと、どんどん参加者が増え、なにより若い会員も入ってきた。

現在、市内には30チーム余りの主婦クラブができて、ほとんどのチームが月二・三回の定期的な練習を行なっている。所沢市内のインディアカはますますブームになりそう。

東京都

☆専門学校にも

インディアカ愛好家

東京YWCA専門学校では、英語科、秘書科の学生たちがレク・グループをつくって毎週一回ゲームや誕生パーティーで楽しんでいるが、インディアカも活動の中でとりあげている。東京の明治神宮隣りにある代々木公園でインディアカの赤い羽根を打ち合い、まわりの人に注目されたことなどから、はやくもインディアカの魅力にとりつかれた。

神奈川県

☆地区ごとに普及が すすむ

神奈川県小田原市では、五十七年、体育振興会二十周年記念事業として体育指導委員によりインディアカが紹介され、普及がはじまった。市がバックアップして、バレーボール愛好者のうち、女性三十五歳以上、男性四〇歳以上に呼びかけて第一回大会が開かれた。

小田原市は、近隣の小さな村が合併して市制施行されており、その後は地区ごとにさまざまな活動をするようになった。たとえば、坂川の東側である川東地区では、町区が持ちまわりで大会を開いている。また、地区同士の交流試合や練習試合も行なっている。川東地区の下曽我クラブは、現在会員三〇一三五名。男性は四〇

歳以上、女性は三五歳以上である。クラブ代表の関野国雄さんは「他のスポーツなら第二線では楽しめないが、インディアカならできる」

「市内の人でもまるで縁のなかった人と知り合いになれる」など、インディアカの楽しさを語っている。

小田原市では、六十年 月 日にも市内大会を開催、各地区代表チームが集まり、熱戦をくりひろげた。

神奈川県

☆横浜市にも インディアカ普及 始まる

横浜市に住む日本インディアカ協会員吉村輝男さんは、まだママさんバレー全盛時代の昭和四十年代半ばにピンポンパン（インディアカの模造品）をみつけて、主婦を対象に普及を試みたことがある。しかし、昔からの愛好家だ。しかし、当時インディアカは受け入れられなかった。

五十七年、横浜市中区の青少年指導員・体育指導委員研修会でインディアカのプレイ方法を指導したところ、誰もが気軽にできて運動量も多く楽しいと好評で、早速、主婦を対象に広めようということになった。

五十七年から毎年、春秋の二回教室を開き、五十九年十一月には十七チームの参加した初のインディアカ大会が開かれた。現在ではPTAを主体に三〇一四〇代の主婦が週二回の定期的な活動を行な

っている。六〇年にも十一月二十四日に大会を開催した。

愛知県

☆全社大会を開催 クラブも誕生

愛知県名古屋市内に本社のある日本碍子は、本社、北、小牧と全社でインディアカ大会を開催。六十年九月には六回目の大会を行なっている。出場チームは実に八三チームにおよぶ。昼休み、社内の空地ではどこでもインディアカで、ついに非公認ながら社内インディアカクラブも誕生、西日本大会、全国大会で上位入賞を果たしている。

滋賀県

☆子供会がインディ アカ大会を開く

滋賀県山崎町では、五十八年に子供会の小学高学年生と指導者を対象に講習会を行なっているが、序々に普及がすすみ、五十九年には、女子のみではあったものの子供会事業としてインディアカ大会を行なっている。今年も男子もインディアカ大会を行なう予定だ。

講習会は、B&G山東海洋センターの主催事業で町内四小学校を巡回して開かれたもの。毎回六十〜九十名が参加している。また、町から各子供会に二個無償で羽根が支給、子供会活動の中に取り入れはじめている。

同所で普及に努めている審判員の松田正己さんは、「ゆくゆくはママさんバレーのできない人など主

婦を中心に大人にもひろめていきたい」と語っている。

大阪府

☆水道局では 水銀灯に照らされ 赤い羽根が飛ぶ!!

大阪府水道部北部事業所では、職場のレクとしてインディアカが盛んだ。レク指導者の山野正雄さんが同所に転勤、昼休みに工区長とともに打ち合うと「なんや」と三、四人が集った。土木作業用のボールとネットで急造のコートをつくって二対四で試合をやった。四人組は歯が立たない。これで燃えた職員たちを中心に急速にインディアカが職場のレクスポーツとして普及。昼休みとなると赤い羽根がとびかうことになった。

続けていると、やはり若い職員のチームが強い。これはならじと昼食後のジュースをかけて真剣に？試合をやりはじめた。また、個人別に勝敗表をつくって一カ月の統計を出し、仕事が終わっての一杯のための資金にして楽しむ。こうなると、ますますインディアカに燃えてくる。アスファルト舗装の中庭をコートにしてプレーするのが、バレーシューズが一月持たなくなるくらい熱中。真夏の炎天下でも上半身裸となり、アスファルトに水をまいて打ち合っ

てしまふ。業務終了後、日が暮れて水銀灯の下でも羽根を打ち合い、土曜日休みでもインディアカをやるにくりぬる者も出るほどである。