2013.5月 - 2
今月の情報

温もりを届けたい、手からこころへ・・・・・・・・

たまちゃん通信 41号

http://www.otedama.jp　E-mail:honbu@otedama.jp
日本のお手玉の会本部
〒792-0013　愛媛県新居浜市泉池町10番1号
TEL：0897-32-0302　FAX：0897-32-0311

お手玉の先生「愛知県・井上勝子さん」が中日新聞で紹介される。

「子どものころに何をして遊んだの」っておばあちゃんに聞いたら、お手玉だよって教えてくれたんですう。サーカスのピエロさんみたいに玉を何個もぽんぽん宙に放り投げては取る遊びですよね。ぼくでも、できますか？

第3種郵便物認可　CHUNICHI こどもウィークリー　2013年(平成25年)　3月23日(土曜日)　チャレンジ　8

すご技ナビ　お手玉　お手玉の先生

井上 勝子さん(77)

愛知県岡崎市で、お年寄りや子どもたちにお手玉の作り方や遊び方を教えています。「あいちお手玉の会」の代表を務めていて、「お手玉は脳を鍛えて、健康にも良いですよ」とPRします。

「子どものころに何をして遊んだの」っておばぁちゃんに聞いたら、お手玉だよって教えてくれたんですう。サーカスのピエロさんみたいに玉を何個もぽんぽん宙に放り投げては取る遊びですよね。ぼくでも、できますか？

コツ　目線をいつも同じに

まなぶう　お手玉は何個で遊びますか？

先生　最初は二つで遊ぼうか。両手に一つずつ持って、おへその少し上あたりで手のひらを上にして構えて（❶）。右手の玉を投げ上げたら（❷）、左手の玉をすぐ右手に移すよ。右手はいつも上向き。左手の玉は右手にのせてあげるように渡して（❸）。落ちてくる玉は、空いた左手で受けて、これで一回りよ。

まなぶう　どのくらいの高さに投げますう？

先生　頭の高さより少し上に上げて。一番高く上がったところをいつも見て、玉は追いかけない（❹）。目線を一カ所にしておけば、玉があちこち行きにくいからね。いつも同じ位置に落ちてくるようになれば上手にできるわ。

同じ高さに投げられないですう

先生　お手玉の重さや感触に早く慣れて。左右両手に一つずつ持った玉を、同じ高さに投げ上げる練習をしてみようか。利き手の方が高くならない？　力の加減が意外と難しいよ。繰り返しまっすぐ上に投げられるようになれば合格ね。

左手で玉を迎えに行かない

先生　姿勢が悪いと玉をまっすぐ上げられないわ。背筋は伸ばして、ひざは軽く曲げてゆるめておくとリズムに乗りやすいの。玉を受け止める左手は、玉を上に迎えに行かない。慌てず下で待っておくようにするよ。

三つに挑戦したいですう！

先生　玉は右手に二つ、左手に一つ。右手の玉を一つ投げ上げたらすぐ、右手のもう一つも投げる。一つ目が落ちてくる前に左手の玉を右手に渡し、左手で落ちてきた一つ目の玉を受けて。両手がいつも近くにあると玉の受け渡しがスムーズ。投げる玉の高さは三つとも一緒。少し高めだと余裕もできるわ。

中日新聞「すご技ナビ」で紹介
「お手玉の先生」井上勝子さん

日本のお手玉の会信州お手玉会の井上勝子さん(愛知県岡崎市)が、お手玉の先生として、中日新聞「こどもウィークリー」の3月23日付で紹介されました。

「こどもウィークリー」の『すご技ナビ』のコーナーで、井上さんは、2個のお手玉を使った遊び方を紹介しています。

両手にお手玉を持って、同じ高さになるようにお手玉を投げ上げ、落ちてくるお手玉を両手で受けましょう。

また、両手にお手玉を持ち、右手のお手玉を頭より高く投げ上げ、左手のお手玉を右手に渡し、落ちてくるお手玉を左手で受け、右手のお手玉を上に投げ上げます。これを繰り返します。目線はいつも上に上がっているお手玉を見ています。

そして、両手3個ゆりにも挑戦してみましょうと、写真付で説明しています。

なお、この記事は、東京新聞にも掲載されました。

日本のお手玉の会　本部事務局