

# 2023 報告書

ソニー生命カップ

ファミリー

エンジョイ テニス

- <主催> 日本女子テニス連盟
- <主管> 日本女子テニス連盟 普及指導委員会  
日本女子テニス連盟都道府県支部
- <特別協賛> ソニー生命保険株式会社
- <協賛> (株) ダンロップスポーツマーケティング/グロープライド (株)  
ヨネックス (株) /アメアスポーツジャパン (株) /HEAD Japan (株)

普及指導委員会 普及部門

2023ファミリーエンジョイテニス 実施報告書

ちびっこ(6歳まで)・その他(7歳~/その他)

支部No	支部名	実施日			会場	参加料(円)		2023参加人数				
		(公)・・・公営	(私)・・・私営			ちびっこ	保護者	6歳まで	小3まで	小4から	保護者	その他
1	北海道	5月13日	(土)	(私)	ばんけいの森テニスコート	500		11	6	4	13	
1	北海道	9月30日	(土)	(私)	ばんけいの森テニスコート	500		14	1	1	14	
2	青森県	7月26日	(水)	(公)	大進建設スポーツ広場(青森スポーツ広場)	0		24	20	7	25	
3	秋田県	4月2日	(日)	(公)	秋田県スポーツ科学センター体育館	500		9			9	
4	岩手県	10月7日	(土)	(公)	盛岡市太田テニスコート	500		4	1		5	
5	山形県	6月3日	(土)	(公)	山形県総合運動公園サブアリーナ	0		6	6		13	
6	宮城県	5月13日	(土)	(公)	シェルコムせんだい	500		23	8	4	34	
7	福島県	9月9日	(土)	(公)	まゆみアリーナ(本宮市屋内運動場)	500		3	13		16	
8	茨城県	7月17日	(月)	(私)	大洗町ビーチテニスクラブ	1000			5	7	11	
9	栃木県	6月10日	(土)	(公)	宇都宮市スケートセンター	0		21	13	1	46	
10	群馬県	6月10日	(土)	(公)	清水善造メモリアルテニスコート	300		17	8		23	
11	埼玉県	10月31日	(火)	(私)	上尾グリーンテニスクラブ	500		8			11	
12	東京都	6月3日	(土)	(私)	聖徳幼稚園	0		30			33	
13	千葉県	7月17日	(月)	(公)	船橋市総合体育館サブアリーナ	0		23			22	
14	神奈川県	7月23日	(日)	(私)	戸塚ふたば幼稚園	0		19	2		34	
15	山梨県	6月29日	(木)	(公)	鳴沢村立保育所	0		14				
16	長野県	8月6日	(日)	(公)	山形村ふれあいドーム	0		5	1		8	
17	新潟県	10月7日	(土)	(公)	紫雲寺記念公園テニスコート	0		8	3	1	14	
18	富山県	8月19日	(土)	(公)	岩瀬スポーツ公園 屋内ドーム	0		4	3		8	
19	石川県	8月19日	(土)	(公)	辰口丘陵公園屋内テニスコート	500		13	5		21	
20	福井県	10月1日	(日)	(公)	福井市西体育館	500		14	5	1	16	
21	静岡県	7月25日	(火)	(公)	浜松新電力テニスコート(花川運動公園テニスコート)(西部)	500		4	7		13	
		8月2日	(水)	(公)	長泉町スポーツ協会中土狩テニスコート(東部)	0		12	2	4	14	
		8月20日	(日)	(公)	静岡市立清水第七中学校体育館(中部)	300		13	7		31	
22	愛知県	7月30日	(日)	(公)	日進市スポーツセンター 第1競技場(室内)	100		14	4	4	21	
23	岐阜県	8月10日	(木)	(公)	各務原スポーツ広場テニスコート	0		9	4		9	
24	三重県	7月17日	(月)	(公)	三重交通Gスポーツの杜鈴鹿	300		18	20	12	46	
25	滋賀県	3月29日	(水)	(公)	矢橋帰帆島公園テニスコート	300		9	4		11	
26	京都府	9月23日	(土)	(公)	山城総合運動公園テニスコート	500		10	5	2	20	
27	奈良県	8月22日	(火)	(私)	まほろば健康パークテニスコート	500		12	2		7	
28	和歌山県	7月30日	(日)	(公)	つつじが丘テニスコート	200		11	6		12	
29	大阪府	6月18日	(日)	(公)	万博テニスガーデン	100	400	14	3		17	
30	兵庫県	7月30日	(日)	(公)	ブルボンビーズドーム	500		10	8		17	
31	岡山県	3月29日	(水)	(公)	倉敷スポーツ公園テニスコート	500		19	14	11	27	
32	広島県	7月31日	(月)	(公)	広島広域公園テニスコート	500		9	1		10	
33	鳥取県	5月13日	(土)	(公)	福生体育館	200		20	9		17	
34	島根県	9月15日	(金)	(公)	安来市立認定こども園井尻	0		5				
35	山口県	6月10日	(土)	(公)	山陽小野田市 市民館体育ホール	0		4	6	2	10	
36	香川県	7月26日	(水)	(公)	高松市亀水運動公園	500		5		1	4	
37	愛媛県	7月28日	(金)	(公)	松山中央公園スポーツフロア	500		6	4		10	
38	徳島県	10月21日	(土)	(公)	徳島市B&G海洋センター体育館	500		20	1		15	
39	高知県	2023/7/25~28	(公)	(公)	高知市営体育館	0		4	5	8	9	
40	福岡県	5月26日	(金)	(公)	尾倉中学校体育館	0		71			18	
41	佐賀県	9月18日	(月)	(私)	グラスコート佐賀テニスクラブ	500		16	10	2	11	
42	長崎県	7月22日	(土)	(公)	平和公園長崎市営庭球場	500		24	4		27	
43	大分県	9月18日	(月)	(公)	レゾナックテニスコート	0		17	1	1	17	
44	熊本県	8月3日	(木)	(公)	パークドーム熊本	500		24	10		26	
45	宮崎県	8月5日	(土)	(公)	宮崎市青少年プラザ体育館	0		8	4		8	
46	鹿児島県	5月14日	(日)	(公)	鹿児島ふれあいスポーツランド	300		13	3	2	11	
47	沖縄県	10月9日	(月)	(公)	奥武山庭球場							
総参加数 1804名						参加人数	671	244	75	814	0	

## 北海道支部

2023/5/13 ばんけいの森テニスコート

### 講習内容

3・4歳・5歳、小学生の3つに分けて行いました。小学生以上は、ボールつき、ボール出し（ストローク・ボレー）、ストロークラリー、ゲームまで行いました。5歳は、親と子でボール遊びストロークボール出し、親子でラリーまで行いました。3・4歳は、親子でボール遊びを多めに行い親子でラリー、講師とラリー（低いネット使用）まで行いました。

### 要望・意見・感想

テーマは、安全面に十分配慮して、親子で、楽しくテニスに体感してもらおう。天気にも恵まれて楽しそうで元気な声が、コートに響いていました。あっという間に時間は過ぎ、まだテニスをしたいの声がありました。次回は、秋に開催予定のお知らせに、次回も参加したいとの声を頂きました。。



## 北海道支部

2023/9/30 ばんけいの森テニスコート

### 講習内容

3・4歳、5歳・小学生の2つに分けて行いました。5歳・小学生以上は、ボールつき、ボール出し（ストローク・ボレー）、サーブ、ストロークラリー（親と講師と）まで行いました。5歳・小学生は、2面で移動しながら行いました。3・4歳は、親子でボール遊びを多めに行い、親子でラリー、講師とラリー（低いネット使用）まで行いました。

### 要望・意見・感想

テーマは、安全面に十分配慮して、親子で、楽しくテニスに体感してもらおう。天気にも恵まれて、楽しそうで元気な声が、コートに響いていました。前の週に、札幌テニス協会主催のテニスの日のイベントがあり、もっとテニスをしたいという子供たちも参加してくれました。



## 青森県支部

2023/7/26青森市スポーツ広場テニスコート

### 講習内容

・ゴロでキャッチ→ノーバウンドキャッチ→ワンバウンドキャッチ→上に投げてキャッチ→上に投げてワンバウンドキャッチ→ボールを上を投げて手を叩いてキャッチ・親子で競争 エスケープ(親が投げるボールに当たらないように逃げる)・ラケットの持ち(胸の前に抱っこで持つ)・ラケットを使って、ゴルフ(ゴロラリー)→親の足の間を転がす  
・ボレー(親が投げて手のひら、手の甲でタッチ→ラケットのフレームを持って顔の前でタッチ→グリップを持たせてフォアボレーと、バックボレーを交互に)・ストローク(親が子供にボールを落として打たせる→親が前からボールを投げて打たせる→大きく打たせる→打てる子には球出しで打たせる→ネット越しで打たせる

### 様子風景

当日は 晴天で、34℃の危険な暑さのため、熱中症対策をしっかりとって、コーチにもこまめに休憩をとってもらい開始して前半の1時間くらいでアイスのご褒美をあげ、ゆっくり休憩を取りました。後半は頑張っってなんとか継続できました。子供たちは皆楽しそうに、親子でのテニスをしてきてました。

最後は、スポンジボールをプレゼントするストロークで、がんばって、貰えた子供は嬉しそうでした。

### 要望・意見・感想

昨年の反省から、今年は、参加年齢を低学年にターゲットを置き、募集方法を考えたことで、幼児低学年が希望通り多く集まりました。終わって、参加した親から、子供が楽しくて、テニスを続けたいと連絡が来てスクールを紹介しました。



## 秋田県支部

2023/4/2秋田県スポーツ科学センター体育館

### 講習内容

3・4歳のグループと5・6歳のグループの二組に分かれて

前半:①1人でワンバウンドキャッチ、続けてバウンド、ボールを上を投げてキャッチ②2人一組でボール転がし、キャッチボール、ワンバウンドキャッチボール 後半:手のひらで①ワンバウンドしたボールをキャッチしてから、ボールを打ち返す(ストローク)②投げられたボールを手のひら、手の甲で打つ(ボレー) ラケットを使って①1人でラケット面にボールを乗せてコロコロ転がす ラケットでボールを上へポンポンとバウンド 床にバウンド②2人一組でボールを相手に向かって転がす、ワンバウンドさせたボールを相手に打つ、ワンバウンドしたボールをキャッチしてからボールを打ち返す③投げられたボールをラケットで打つ前半と後半の間にラダーを使って、走ったり、ぴょんぴょん跳ねたりする運動、忍者ゲーム等の遊びをいれました。最後、全員でフラフープに張った新聞紙(大きい洗濯ばさみで新聞紙をはさんだ)めがけてボールを投げ、新聞紙破り競争をしました。

### 様子風景

今年は、昨年までのメニューを見直し、子どもたちを飽きさせない、楽しいレッスンをするようにしました。

3・4歳のグループは、できないとすぐ嫌になるので、途中で引越しゲームや大根ゲーム等の遊びを入れました。

5・6歳グループは、前半途中からラケットを使うメニューに進みました。

おみやげにスポンジボールとレッドボール、支部長手作りでのひらラケット(ダンボール製)を渡したのが好評でした。

### 要望・意見・感想

11組の申込み、体調不良で2組キャンセルで9組と少ない参加者となってしまいましたが、6人のコーチで、丁寧な指導ができました。子どもたちが飽きてしまわないよう、途中遊びを入れながらメニューを進めることで、最後まで楽しんでもらえました。



## 岩手県支部

2023/10/7盛岡市立太田テニスコート

### 講習内容

スポンジボールで、親子でキャッチボール。(ノーバウンド、1バウンド)

レッドボールで、親が手だしをし、子供がラケットである(5回出来たら交代) ネットを挟んで、親子でラリー。  
経験者が多くラリーが続くので、子供を移動させ違う親とも打たせた。

一面のコートを使い、ボール出しを的の中に入れるゲームをしました。

子供全員が失敗したら、子供たちに1人親を指名させて、難しくした的に挑戦してもらった。成功したらみんなが復活！失敗したらコート1周！最後に参加して下さった、親子で5点先取でゲームをしました。

### 様子風景

- ・参加者の親が全員テニス経験者だったので、上手に相手をして頂き子どもたちも楽しそうだった。
  - ・的入れゲームでは、子どもたちの一喜一憂して盛り上がっている様子を、親が嬉しそうに撮影していた
  - ・最後の親子でのダブルスゲームは時間が押してしまい、少ししかできなかった。
- もっとやりたいな！ というところで終わって残念そうだった。

### 要望・意見・感想

- ・ローカルテレビ出演での告知が開催の2日前だったので、効果がなかった。
- もう少し早く告知すべきだった。



## 山形県支部

2023/6/3山形県総合運動公園サブアリーナ

### 講習内容

タオルを使ったメニュー

- ・タオルでキャッチボール、タオルで綱引き タオルに載せて引っ張る

スポンジボールを使ったメニュー

- ・スポンジボールのキャッチボール・ラケットにボールをのせて歩く・ラケットでボールを床に転がしてコーンをまわる・ネットをはさんでポレーやスマッシュ などを行った

### 様子風景

スポンジボールやラケットを初めて手にした子供たちですので、最初のころは慣れない様子でした。その緊張した様子もだんだんほぐれて、笑顔も見られるようになった頃から、ラケットでスポンジボールを打つことの楽しさを感じはじめたようです。後半にはどんどん夢中になってくれました。

### 要望・意見・感想

かつての参加者の中からジュニアのトップクラスの選手になった子供さんもいることから、裾野を広げるためにこのイベントを今後も継続したいと思います。



## 宮城県支部

2023/5/13 シェルコムせんだい庭球場

### 講習内容

- ・全体で準備体操(ストレッチ・ジャンプ・走る・だるまさんが転んだ・変形ダッシュ)
- ＊F・スポンジボールを使って、最初は一人で、のち親子ペアで、転がしたり、ワンバウンドさせたりのキャッチボール・ラケットを使って、親子ペアで、転がしてパスラリー  
・ラケットでボールを転がし、ドッジボール・風船&ラケット(うちわ)ラリー
- ＊P・レッドボールでラケットとボールに慣れるところから始め、親子でボールキャッチや球出しでストロークやボレーをして、たくさんボールを打ってもらいました。

### 様子風景

・今年初めてのメニュー、ラケットでボールを転がしドッジボールは、大人外野で子供内野と、子供外野で大人内野の2パターンしました。慣れてきたら、ボールを2つにもしました。特に子供内野の時は、ワーキヤーの大きな声も出て大盛り上がりでした。・レッドボール参加の親御さんからは、大人になってからでもテニスを始められるのですねと、興味を持っていただくことができました。

### 要望・意見・感想

・今年も大々的な募集は行わず、前年の参加者を中心に声をかけました。・未就学児の参加が多かったので多くの理事が目光らせ、ケガ防止を心がけました。・気候が良い時期の開催だったため、子供たちも理事も、存分に楽しむことができました。



## 福島県支部

2023/9/9まゆみアリーナ(本宮市屋内運動場)

### 講習内容

①準備体操②親子でボールに親しむため、キャッチボールや高く投げたボールに下をくぐったりした。③ラケットの上にボールをのせ、ころがしたり、バウンドしたりした。④親子で投げたボールを打ち、キャッチ。親子でラリーをした。⑤コーチ対親、コーチ対子どもで、1分間マッチをした。⑥最後に、枠(サッカーゴール)をねらって打ちたいへん盛り上がった。

### 様子風景

16組の親子が参加で、1面の中にネットを4個張りました。経験者も3組ほどいましたが、ボール投げからきちんとやっていました。初めてラケットを持つので緊張気味の子ども、親もすぐに慣れて打てるようになると、とても楽しくボールを追いかけていました。1分間マッチでは、何度も続き歓声があがっていました。子どもたちは、ポイントを取ると、ガッツポーズで喜んでいました。最後に思いっきりラケットを振り遠くまで飛ばすようにしっかり打ちました。サッカーゴールがあったので、それを的にして打ち、ゴールに入るとハイタッチをしたりして、たいへん盛り上がりました。とても楽しかったとの声がありました。ボールとお菓子をお土産にしました。



## 茨城県支部

2023/7/17大洗町ビーチテニスクラブ

### 講習内容

\* 車いすプレーヤーとスタッフでデモンストレーション後、車いすの事やチェアワークの難しさ等の説明  
\* 各コートに分かれ、レベルに合わせたボールでミニラリー\* 車いすに乗り、前後・ターン\* コーンを立てラケットを持っての8の字\* 親子でラリー(1人は車いす)\* ネットを挟んでミニラリー\* 車いすプレーヤーとラリー  
車いすプレーヤー VS 親子 試合をしてみよう!!

### 様子風景

今回で2回目となる車いすテニスとのコラボ企画!! 休憩時間でも、興味を持って積極的に車いすに乗るお子さんの姿がありました。大人とは違い、子供達の吸収力は素晴らしいです。昨年同様、大人も子供も盛り上がり笑顔になるのは、やはり試合!! 子供が作ったチャンスボールを親が大胆にミス…全員で大笑い。室内コートに、大笑いが響きわたる素敵な時間でした。

### 要望・意見・感想

昨年、運営スタッフとして参加した際、車いすがもう少しあれば…と思いました。今年は、日本車いすテニス協会様より、2台の競技用車いすをお借りする事が出来ました。健常者が車いすテニスに興味を持ち、一緒にテニスを楽しめる事を知ることが多様な角度からテニスの普及に繋がると実感致しました。



## 栃木県支部

2023/6/10 宇都宮市スケートセンター

### 講習内容 準備体操

アップ・親御さんと足じゃんけんしてから、勝った方が負けた人の周りを勝った足じゃんけんのままで一周する。  
・4回負けた人はうちわを持って四隅にいる役員とハイタッチして戻ってくる・2列向かい合わせ くまGキリンGと言われたらラインまで走る。次に言われたグループと逆のGが走る  
前半 6分×5(5か所のメニューをチームごとに回っていく)\* エスケープ スポンジボールに当たらないように逃げるゲーム \* ゴールキーパー スポンジボールをラケットで、当ててゴールに入れないレッドボールで玉入れ  
キャスター付きボールかごを使う。風船で ボールつき。テニピン  
後半 ネット・ラケットを使ってテニス グループによって内容変更 大きい子はレッドボール ネットを挟んでボールでラリー・ポレー・サーブ できるようになったら、ゲーム形式  
低年齢・ボールを上につく バウンドボール ・親御さんと交互に・一緒にラケットを持ってボールを投げてもらってスポンジノーバウンドである・ワンバウンドでボールをあてる・ポレーで返球して続けてあげる

### 様子風景

コロナの制限が明けて初のファミリーエンジョイテニス開催となりました。当日は例年にない大所帯だったので支部の理事総動員で運営にあたり大忙しでしたが、子供達の楽しそうな笑顔を見ていると、疲れも感じず私達も笑顔になりました。前半は5か所のメニューをチームごとに回っていくようにしましたが、各メニューに担当者を一人ずつ固定で置き、さらに各チームにお世話係を配置したので時間ごとに次の場所へのチームの誘導や各メニューの説明がスムーズに行えたと思います。

### 要望・意見・感想

今年は開催地、宇都宮市のタウン情報誌に募集を掲載したため締切り前に定員になる程沢山の応募を頂きました。タウン誌への掲載はテニス関係の知り合いからのつてでお願いすることになり、テニスを通じたネットワークのありがたさを再認識しました。



## 群馬県支部

2023/6/10清水善三メモリアルテニスコート

### 講習内容

ラケットを使わない準備体操、歩く、スキップなどコートに馴染む様、保護者と楽しく行われた。  
ラケットを持った後もゴロやワンバウンドで親子で楽しくプレーした。  
その後、コーチとアシスタントでレッドボールをトスしてネットを超えるようフルスイングした。

### 様子風景

「楽しく、元気に！」とスタートした通り、みんな楽しそうに一生懸命ボールを追いかけていました。

### 要望・意見・感想

暑い日でしたがみんな頑張ったと思います。  
お手伝いをしたスタッフ達も元気な子供に負けなくらい頑張ったと思います。



## 埼玉県支部

2023/10/31上尾グリーンテニスクラブ

### 講習内容

- ①準備体操 準備体操(アンパンマン体操)
- ② 2、3才と4、5才で2コートに分かれ、始める前に約束(待ってるときのラケットの持ち方・振り回さない 大事に扱う・ケガをしない、させない) 確認③風船をラケットではさんで親子で遊ぶ ④ ボールをころがす的にカゴを置いたり、コーチの足の間をトンネルにみてる(投げる)⑤ラケットにボールをのせながら遊ぶ、親子でボールをはさんでネットまで歩く(ラケット遊び)⑥ボールをラケットで転がす 年令が高い子供たちはネットをはさんでラケットに保護者がボールをだしてあげる ⑦ 逃げるが勝ちゲーム

### 様子風景

15分休憩を何回かわけていれ、参加賞のスポーツドリンクを給水しながら体調をみつつすすめました。  
飽きないようにプログラムを組めたと思います。子供達はお土産(スポンジボール、アヒルのおもちゃ、絵本アンパンマンのメダル、風船、ハロウィンのお菓子)をもらって、喜んでいました。

### 要望・意見・感想

毎年8月に開催していて暑くて大変そうでしたので、開催時期を変更しましたが、平日は参加者が集まりにくかったです。開催時期を検討していきます。今年も大塚製薬様からポカリスエットの提供を頂き、参加者と保護者に渡せたことに感謝です。



# 東京都支部

2023/6/3聖徳学園幼稚園

## 講習内容

：準備体操・親子でじゃんけん・ボール遊び・地面にワンバウンド・ごろキャッチボール・ごろvs上投げ  
・ワンバウンドキャッチ・ノーバウンドキャッチ親の投げたボールをキャッチ  
：手のひらテニス・親からのゴロを手のひらで打つ・ごろラリー(目標数達成)・親の投げたボールをキャッチ・ワンバウンドヒット・親もキャッチ&ヒット(直接返球ラリー)・親の投げたボールをノーバウンドヒット(ボレー)：ラケット使用 注意事項説明・ラケットの上にボールを乗せる(世界一周)・ラケットに乗せたボールをお互いに乗せあう・セルフゴロ(左右・上下・ミックス)・ゴロラリー・ボールを自分で落としてラケットキャッチ・セルフラリー(ノーバウンド・ワンバウンド)・親が投げたボールをキャッチ&ヒット・パートナーラリー・ノーバウンドをボレー  
：ネット越しメニュー・横からボールを出して親に向かって打つ・親が投げたボールをノーバウンドで親の前に打つ・直接返球ラリー(挨拶・目標達成ハイタッチ)：ボールすり抜けゲーム 40mくらいの走るスペースを確保、両サイドに親が立ち、走る子供たちにボールを当てる、子供たちは当たらないように走り抜ける。

## 様子風景

親と子がテニスの基本であるボール遊びを通じて楽しく慣れ親しむ。初めてする小さなスポンジボール遊びに興味津々でした。親子で楽しんでいる様子が伝わってきました。最初は緊張していた様子も途中からは笑顔が溢れていました。そして最後にはプレゼントのボールをもらって 元気よく帰って行きました。

## 要望・意見・感想

4年ぶりに開催することが出来てとても嬉しいです。子供たちの笑顔溢れる1日となりました。会場探しは難しいですが協力いただける幼稚園を探して、開催出来るようにしたいです。FET指導委員の素晴らしい内容で大変勉強になりました。ありがとうございました。



# 千葉県支部

2023/7/17船橋アリーナ

## 講習内容

全員で「ジャンボリーミッキー」の音楽に合わせてダンスをした。(準備体操)①ボールで遊ぼう。親子でキャッチ(メガホンでキャッチ、ボールを投げてフラフープの輪を通すなど)②ラケットとボールで遊んでみよう(ラケットでボールを転がし、ラケットでキャッチ)③ボールを打ってみよう(ワンバウンドしてラケットで打ってみたり、顔の前にラケットを持ってボレーなど)④親子でラリー、ゲームをしてみよう(3歳組はラケットとボールでドッジボール)「ばくだんゲーム」親子対決 ボールに当たらないよう、走り抜けよう

## 様子風景

・地域新聞社船橋中央版6/22号イベント情報に掲載(画像添付)  
・年齢別に4つのグループ分け、グループ隊長、コート管理者の2名ずつで各コート別に講習を行った。  
・①～④を15分講習を行い10分休憩をとり、休憩の前に子供たちにご褒美シールを選んでもらい自分で台紙に貼ってもらい最後に修了証と一緒に渡した。台紙のポケットモンスターのキャラクターが好評でした。  
・お土産は本部支給のボールを1個渡しとても喜んでもらった。・参加者より見学の問い合わせがあり、OKしました。祖父母の見学者が多くコロナ以前よりもとても賑やでした。

## 要望・意見・感想

・スタッフが初めてのメンバーが多い中、本部HPのファミリーエンジョイテニスマニュアルを参考にグループごとにメニューを考えて工夫している姿に支部大会運営とは違った、子供たちとの笑顔が素晴らしかったです。  
・3歳グループは親子でラリーが難しかったので、東エリア研修会で講習を受けたドッジボールを取り入れ、参加者に好評でした。



## 神奈川県支部

2023/7/23戸塚ふたば幼稚園

講習内容 ・準備体操(講師のマネをした動き、他)・パートナーとボール遊び(ボール転がし、ボールつき、ボール投げ)  
・ラケットを使用してボール遊び(ゴロでラリー)・ネットをはさんでパートナーの手だしのボールをラケットで打つ  
・スポンジボールとラケットを使いドッチボールゲーム

### 様子風景

テーマは親子で楽しむテニスイベント。来た時からテンションMAXの子や、場所に慣れず、最初はもじもじしている子もいましたが始まったらだんだんと慣れていき、最後には子供たちも、親御さんたちも笑顔になり1時間のイベントですが、最後まで飽きてしまう子などはなく、みんな一生懸命やっていました。

最後は大騒ぎで子供たち全員がテンションMAXで終了いたしました。

### 要望・意見・感想

今年最後に参加者の皆様に感想、要望などを記入して頂きました。その用紙を見ますと、昨年に引き続き参加させて頂きましたが、今年の方がラケットを上手に使用して子供の成長を感じました。子供がテニスをやりたい。と言っているのをやらせてみたいと思います。などの声を頂き、共通して記入して下さったのは楽しかった。との声でした。

来年は要項掲載の方法を再度考えて、たくさんの方に参加して頂けるようにしたいと思っております。



## 山梨県支部

2023/6/29鳴沢村立保育所

### 講習内容

準備運動 なべなべ底抜け 2人組⇒4人組・セルフキャッチボール、ワンバウンド、ノーバウンド2人でキャッチボール(近くで)コーンキャッチ ノーバウンド、ワンバウンド・ラケットでボール転がし(コーチ 手で転がす)⇒コーチと転がしラリー・手落としストローク(フォア)・ネット越しに手出しのボールをストロークで打ち返す  
・ストロークでネットを10回越そう

### 様子風景

暑い日だったけれど、子供たちは元気で、初めて触るボールにとっても興味津々で、セルフキャッチボールも、コーンでのキャッチも何度もチャレンジしていて、たのしかった。ラケットも上手に使える子が何人かいて、素晴らしかったのはもちろんだったけれど、失敗しても何度もチャレンジする子供たちもひたむきでかわいかった。自分なりの頑張りを見せてくれて、子供たちのこの先が楽しみに思った。

### 要望・意見・感想

楽しみながら、小さな成功体験を積み重ねて、好きなことの1つにテニスが加わってくれるように、はじめの一步を手伝えたらと思う。



# 長野県支部

2023/8/6山形ふれあいドーム

## 講習内容

- ①準備運動＊屈伸・アキレス腱・膝ぐるぐる・手首足首など＊コーチの真似で動く、親の真似で動く、子供の真似で動くじゃんけんで負けた方は勝った人の周りを回る(足じゃんけんできる子は足で)＊ネットの前に立って一人がボールを投げる→よける②ボールコーディネーション＊上げてキャッチ落としてキャッチ＊ゴロゴロ コーンの間を通す＊手でポレーなど③ラケットをもって＊ラケットにボールを乗せて歩く＊ボールを落として捕まえる＊セルフラリー＊ポレー(レッド)
- ④ゲームコートに4人入ってボールキャッチゲーム

## 様子風景

暑い日だったので、とにかく休み休みドリンクを飲んだり涼しいところに行ってもらった＊お父さんも来ていたので入ってもらい賑やかになってよかった＊終わってからお菓子とレッドボールをプレゼント。とても喜んでもらった。

## 要望・意見・感想

今回送ってもらったスポンジボールがとても弾んでよかったのでまたお願いしたい



# 新潟県支部

2023/10/7紫雲の郷 屋内体育館

## 講習内容

- 幼児と小学生のチームに分けて進めた。  
幼児→まねっこ体操、ボール転がし、ボール入れ、風船タッチ、キャッチボール、的あて、ラケットでボールを打つ  
小学生→準備運動、鬼ごっこ、遠投、球出しストローク(フォアハンド、バックハンド、ポレー、スマッシュ)  
親子対決球拾い対決、ラケットを使ってボールを転がしてのドッチボール、的あて

## 様子風景

- ・当日は天気不安定の為体育館で実施したのですが小学生の子達には少し狭かった様に感じた。
- ・ボールに慣れるのも早く、打つ度に上達し、上手にラケットにあてる事もできた。
- ・的あてや対決形式のメニューは好評だった。中でも子供達対保護者のボール拾い対決は大変盛り上がった。
- ・幼児の子はまだラケットを持ってボールを打てない子もいるので手作りした段ボールラケットを使ってボールを打たせたり転がせたり・風船をポンポンさせたりした。・小さい子達は2時間はだいぶ長いようで疲れが見えた。飽きさせない工夫が必要かと思う。

## 要望・意見・感想

本年度から補助金が増えたので小道具をいろいろ創作し活用できたので良かった。



## 富山県支部

2023/8/19岩瀬スポーツ公園・屋内ドーム

### 講習内容

・事前申し込みなど無く、当日、会場に来てくれた家族にコーチ1名がついて、ボール遊びやラケット遊び(幼児はダンボールラケット)をした後、ラリーやココロラリーを楽しんでもらった。1家族30分程度

### 様子風景

・大変暑い日で子供たちの体調なども心配していましたが、子供たちは、夢中になってボールを追いかけていました。時間になっても、もっとやりたいと言って、嬉しそうにラリーをしていました。

### 要望・意見・感想

・いつも希望のボールをいただき、ありがとうございます。・今年度、富山県支部では、キッズ用のラケットのグリップテープの劣化が激しかった為、会員の皆様から使っていないご寄付いただき、巻き直しました。できれば、グリップテープなども、提供いただければ嬉しいです。



## 石川県支部

2023/8/19辰口丘陵公園屋内テニスコート

### 講習内容

子供達がどれだけボールに慣れているかを見極めるためのウォーミングアップを兼ねたボール遊び  
・ボールキャッチ、バウンド、ボールをおいてその周りを飛び越えたり回ったりなど・ラケット面の上でボールを転がす、バウンドさせる、ネットを超えさせて的当て・3つのグループ分けをしてコーチを相手にラリー・子供同士で

### 様子・風景

朝日新聞 2023.8.20 掲載

テーマ:レッツ・エンジョイ!

大変酷暑のなかでしたがラケットでボールを打つ楽しさを感じてもらえるひとときになった  
汗だくになりながらもお子様も保護者の方も楽しい笑い声の絶えない時間でした

### 要望・意見・感想

今回、金沢市のコーチの方々にご参加いただき遊び心をくすぐる子供達を飽きさせない指導が勉強になりました。  
(声かけの仕方やタイミングなど)リピーターの方もいらっしゃるので来年は一人でも多くシングルス大会に繋がることを願います



## 福井県支部

2023/10/1福井市西体育館

### 講習内容

- \*準備体操、動物のうごき\*カラーボールを使って保護者といくつかのボール遊びをしました。
- \*4カ所に分かれて(年齢ごと)ストローク、ボレー、ボール投げなど(各コート年齢に応じたメニュー)
- \*5才までのコートコートはネットを挟んで風船ラリー、小4まではレッドボールで役員(有資格者)と

### 様子風景

今年は年齢の幅が広く、進行が心配でしたが、コーチの素晴らしい指導により、2才児から10才児まで楽しんでもらえたと思います。

### 要望・意見・感想

2時間のイベントでしたが、4才児までは、途中で飽きてしまう子が多く、7、8才の子と終了の時間の差をつけるか、来年は検討しようと思いました。



## 静岡県支部

2023/7/25浜松電力テニスコート(花川運動公園テニスコート)

### 講習内容

- ①準備体操 ジャンケン体操…音楽に合わせて体操・ジャンケンゲーム…勝ったらジャンプ・負けたら座る・あいこは回る
- ②幼児クラス児童クラスに分かれる・ボール遊び…コーンを使って親子でキャッチボール・上にあげて手をたたいてキャッチ・お友達とワンバウンドでキャッチボール・ラケット配布…安全指導・握り方指導
- ボールをのせる・つく・打つ
- ③ボール運びリレー

### 様子・風景

暑い日でしたが屋根付きのテニスコート2面を浜松市テニス協会の協力で使わせていただき日陰で2時間活動でき、見学の保護者の皆さんも観客席で座って見守ることができました。夏休みが始まったばかりか児童クラスの子供たちのテンションも高く、とても盛り上がり、幼児クラスではパパママだけでなく、祖父母の方とテニスを楽しむ姿が見られました。「初めて孫とテニスをして楽しかった」とのお言葉も大変うれしかったです。

### 要望・意見・感想

土日での会場の確保が難しく平日に行ったため、夏休みとはいえ働いている親御さんが多いためか、参加者を増やすことができませんでした。参加料を無料にするなどすれば幼稚園・学校に参加を促せるのではないかと思います。



## 静岡県支部

### 講習内容

2023/8/2長泉町中土狩テニスコート

- ①経験者・ジュニア用ラケットとレッドボール使用・手出し→ラケット出し→ショートラリー→ボレー→サーブ
- ②未経験者・テニピンとスポンジボールを使用・上にスポンジボールを載せる→そのまま歩く→ボールをつく→つきながら歩く→親子でショートラリー→下げたネットをはさんでラリー

### 様子・風景

暑い日で屋外開催だったので熱中症対策をして行いましたが、子供は元気で保護者が心配でした。日常生活にない動作ですので最初はあてることが難しい様でした。次に真っ直ぐ飛ばすためにはどうすればいいか問いかけてみました。

### 要望・意見・感想

自分で考えて上手に飛んだ時、褒められたときの嬉しそうな笑顔見るとこちらも嬉しくなりました。多くのお子さんが「来年も来るね!」と言ってくれました。



## 静岡県支部

2023/8/20静岡市立清水第七中学校体育館

### 講習内容

- ・子供向け準備体操・スポンジボールで一人、ペア遊びメニュー・ラケット使用メニューコーンやかごを使いボール運びやスラローム・年代別メニュー

### 様子・風景

3歳から8歳の子供たちと保護者の方々にミニラケットとスポンジボールで、子供たちが一生懸命ボールを追いかけて、その姿を保護者は愛しそうに見つめて楽しそうに遊んでいました。暑かったですが、子供たちは元気いっぱい時間が足りないくらいでした。最後にご褒美のメダルとお菓子をもらい嬉しそうに「ありがとう」と言われ、こちらも嬉しく思いました。

### 要望・意見・感想

リレーション感覚で大人と子供とふれあうことはとてもいいと思います。小さい子供は目が離せませんがみんなで見守りながら楽しませてもらいました。



## 愛知県支部

2023/7/30日進市スポーツセンター第一競技場

### 講習内容

＊2～3歳クラスはスポンジボール、4～6歳(年長)、6(小学生)～10歳クラスはレッドボールを使用実施＊2～3歳は6名参加。5歳以上の内容は難しいので、ビー玉を入れたペットボトルや怪物絵の段ボール箱の的当て、ミニラケットを使いボールを転がすなど、お祭り感覚で飽きないように工夫＊4～6歳は8名、6～10歳は8名の参加。最初はネットを使わずラケットの上をボール転がし、ラケットでバウンドさせる、地面にバウンドさせる等、ラケットとボールの感覚に触れ、できる子供にはコートラインの中でバウンドさせたその後、2クラスに分かれ、親が手出しで、フォアハンドストローク、バックハンドストロークを行った。打つタイミングが重要、1・2・3など声を掛けてあげる＊親子ペア対スタッフ等のゲーム形式。最初と最後には挨拶を行うことが大切な事も説明した。

### 様子風景

＊広い体育館いっぱいに行き、準備運動・ストレッチも支部アレンジに楽しそうだった＊昨年参加した子供たちが上手くなっていたので、継続している様子に嬉しく思いました＊初めてラケットを握りボールが当たって喜んでいる姿やボールのコントロールが難しく奮闘している姿に微笑ましく、スタッフ一同やり甲斐を感じています＊共催の日進市スポーツセンターの広報誌に募集要項を掲載＊開催風景などは11月発行の季刊誌に掲載予定

### 要望・意見・感想

・親子で活動でき子供達が沢山動け、満面の笑顔がみれました・参加費を保険代の100円として徴収しています。本部補助金の継続をお願いいたします。



## 岐阜県支部

2023/8/10岐阜車体スポーツ広場

### 講習内容

1、ラダー、ハードル、コーンを使って飛んだり走ったりしてウォームアップ。2、ラケットになれる意味で籠にボールを入れコート中央に置いた深い籠の周りにラインマーカーを置いてボール入れ、満タンになったら終了3、色々なレベルのちびっこ参加のためゲームコーナー、テニス体験コーナー①エスケープ(役員の出すスポンジボールに当たらないように逃げるコーナー)②ポレー(ネットを挟まず役員の出すボールに当たらないように逃げるコーナー)③ゴルフ(コーンを的に、ラケットをパターにしてレッドボールやスポンジボールを使い当てるコーナー)④コーンを挟んでミニテニス

### 様子風景

親子全員が手をつなぎ大きな輪になり、ボール当てゲームが楽しかった。最初参加できないお子さんを、他の皆で盛り上げて最後は楽しく皆と出来る様になりよかった。最後に大きな声で、役員さんにありがとうございました！と言って貰えました。今年も猛暑の中、元気いっぱいのちびっこでした。

### 要望・意見・感想

隣で小学生シングルス大会を開催していて、エンジョイ参加の子供たちに小学生になったら、シングルス大会に出たいか聞いたら、出たいと言ってきてくれました。来年も一人でも多くの子供さんにテニスを体験して貰える様声掛けて行きたいです。



ファミリーエンジョイテニス新聞に記載されました

## 三重県支部

2023/7/17三重交通Gスポーツの杜鈴鹿庭球場

### 講習内容

\* 年齢が小さい子にはまずはラケット無しでスポンジボールを転がしたり投げたり、ラケットを持ってボウリングのようにボールを転がして的中をあてたり転がし、ドッジボールをした\* 少し大きい子はボール遊びをしたあと、ラケットを使って小さいネットをはさみ、ボールを打つ\* テニス経験者はボール遊びでウォーミングアップ後に球出しでホームチェックやラリーゲーム形式をした\* ウォーミングアップではゲーム感覚の動きを取り入れて笑いが起こり盛り上がった

### 要望・意見・感想

屋根付きのコートでしたがそれでも暑かったので何度も休憩をしてもらいました。  
少し時期を考えてもいいのかも知れないです。  
オレンジボールがたくさんあると良かったように思います。



## 滋賀県支部

2023/3/29矢橋帰帆島公園テニスコート

### 講習内容

毎年夏休みに開催していたが、近年の危険な暑さを避けて春休みに行った。  
挨拶・体操・コート周りを軽く走る。コート横幅を使って 子供と保護者を向かい合わせに立たせてヨーイドンで向かいの保護者にタッチ、ハグをして戻ってくる。コーンを置いてジグザクに走りながらタッチ、ハグ。球出しでラケットの使い方を教える。少し打てる子はネットを挟んでラリー。スポンジボールを使って保護者と子供交えての対決。休憩をはさみながら計2時間行いました。

### 様子風景

桜がきれいな時期に開催出来てよかったです。  
子供たちはフルパワーで最後まで楽しんでもらえました。

### 要望・意見・感想

いつもありがとうございます。  
ファミリーエンjoyを楽しみにして下さる家族がいっぱいやるのでこちらも励みになります。



## 京都府支部

2023/9/23山城総合運動公園テニスコート

### 講習内容

最初に準備体操で♪エビカニクス♪をみんなで踊りました。知っている子達も沢山いてみんな楽しそうに踊ってくれました。その姿が何とも言えないくらいかわいらしかったです。ウォーミングアップとしてランニングやかけっこ・玉入れをしました。

次に親子・兄弟・祖父母と一緒にでラケット遊びをしました。キャッチボールやラケットを使って転がしたりついたりして遊びました。ボールがあちこち行ったり空振りしたり色々なハプニング満載でした。

後半は幼児と小学生に分かれ、幼児はミニテニスネットで球出し、小学生はコート一面を使い球出し・ラリー・ゲームと一通り練習しました。小学生の相手には参加者の兄弟がお手伝いをしてくれました。とても頼もしいコーチでした。

最後にボールと手作りのメダルをプレゼントしました。



## 奈良県支部

2023/8/22まほろば健康パークテニスコート

### 講習内容

準備運動、コート回りを走りながらステップ  
ボールになれる、ラケット遊び、ボールを追いかける  
とにかく楽しくテニスは道具を使うスポーツですを紹介

### 様子風景

自由にボールと遊びましょう！機会があればまたテニスをしてくださいで、結びました。



## 和歌山県支部

2023/7/30 つつじが丘テニスコート

### 講習内容

中央エリア会議の講習内容を基にしたボールコーディネーション、ラケットコーディネーション、ネット越えラリーいろいろな走り方をしてみよう！

### 様子風景

親子で楽しんでテニスをしよう！暑い中、子どもも大人も汗をかきながら一生懸命頑張ってくれました。最後に子ども達はお菓子を貰って喜んでくれました。多くの参加者から、また参加したいと言っていただきました。

### 要望・意見・感想

小さなネットの数が少なかったので、ネットを緩め低くしてラリーをしました。



## 大阪府支部

2023/6/18 万博テニスガーデン(室内コート)

### 講習内容

今年は、岡本聖子講師をお招きして、準備体操からいろいろご指導いただきました。年齢、テニスの経験の有無で今回は5グループに分けました。まずは、ラケットを使わずボールを上に向けてキャッチ投げた時に頭にタッチ手をたたき、1回転するなどのバリエーションを各グループのリーダーが1人1人の様子を見てチャレンジしました。親子でボールを掌でキャッチしてラケットで打てる感覚を手で体験しましたラケットを使う前に、待ってる時のラケットの持ち方危険性を岡本講師からお話して頂きました。大きい子たちは、ミニネットを挟んでラケットを使ってレッドボールでラリー、小さい子達は、スポンジボールをラケットで転がしてペットボトルに当てる、フープの中に入れる、風船を使って上に打って続ける、最後はミニネットを挟んで保護者の方にボールを投げてもらいボールの練習をしました。支部としては外せない雨ふらしで最後に盛り上がり終了\*雨ふらしとは両側から保護者の方にスポンジボールを頂きその間を子供たちが当たらないようにかけぬけるもの。

閉会式ではひとりづつ名前を呼び修了書を岡本講師から首にかけて頂き、参加賞も授与、グループごとに写真を撮りました。スタッフで作ったトンネルの中をハイタッチしながら外に出ました。

### 様子風景

今年も小さい子供たちも夢中でやってくれていました。小さい子供たちは風船が大好きなようで、風船で何回も打つことは楽しそうでした。ペットボトルの装飾が可愛くできたので、子供たちも楽しそう、持って帰る子供たちもたくさんいてくれて、こちらも嬉しかったです。各グループ、3~4人なので、各リーダーが1人1人の様子を把握出来、簡単そうな子には少し難しくしたり、難しくそうな子には両手でする様対処ができます。飽きたかどうかも把握できるので、この人数はとても良いと思います

### 要望・意見・感想

ラケットの持ち方の注意はしたことがなかったので、岡本講師に来ていただけて本当によかったです。自分達だけでは毎年同じ様になるところを気づかせて頂けるので講師の方に来て頂けることは大切だと感じました。



## 兵庫県支部

2023/7/30ブルボンビーンズドーム(室内テニスコート)

### 講習内容

サムエルコーチ、中畑コーチの元、年齢別にクラス分けをし、みんなが一緒に楽しむ形でラケットを使ってボールを転がしたり、ネットを挟んでラリーやボレーをしたりと楽しんで頂きました。

最後はストラックアウトで大変盛り上がりました。

### 様子風景

厳しい暑さの中でしたが子供達は夢中でボールを追いかけていました。

### 要望・意見・感想

厳しい暑さの中での開催でしたが、体調不良者もでることなく無事に終わることができました。

子供達が楽しそうにテニスをしている姿が微笑ましかったです。



## 岡山県支部

2023/3/29倉敷スポーツ公園テニスコート

### 講習内容

6歳まで:コート2面使用。

準備体操 サーブラインスタート ネットにタッチして戻る。ラダーを使用してケンケン、パー。保護者とスポンジボールを転がせて遊ぶ。スポンジボールをネットを挟んで 投げる。ラケットでスポンジボールを転がせる。小学生3年生まで:コート1面使用 準備体操 コートの中で鬼ごっこ レッドボールでキャッチボール ワンバウンドでキャッチ ラケットでボールを打つ(大人がボールをそばから投げる)

小学4年～6年:コート1面 準備体操 ラケットでボールをつく ボールを出して打ってもらう。

ゲーム参加:1面使用 4ゲーム先取ノーアド 6組参加(3組が親子で参加)カウントの言い方を教えてあげる。

### 要望・意見・感想

令和3年 4年と2年間ファミリーエンジョイテニスが雨で中止になり2年ぶりの開催となりました。

夏休みから春休みに変更し 気持ちの良い季節の中 大勢のちびっ子・小学生が参加してくれました。

ほとんどの子が テニスは初めてで、ラケットにボールが当たり とんでいったのが嬉しかったと また来年も参加したいと言ってくれました。



## 広島県支部

2023/7/31 広島広域公園テニスコート(屋内コート)

### 講習内容

- 準備体操 「アンパンマン サンサン体操」
- 講習内容 ボール転がし・ボールキャッチ・テニピンラケットでボール転がし 手出し・ボレー スローク ネットを挟んでラリーなど

### 様子風景

今年は 事前に 熱中症警戒アラートが発令された場合は 当日中止の連絡をした。ところが連日発令されていた アラートが 7月31日は発令がなく、無事に開催できた。  
暑さ対策のため、例年のタイムスケジュールは見直して 30分早く開始し、1時間早く終了した。  
テニピンのラケットとボールは 県協会より 借用した。  
大会の様子は 広島県支部Facebookに紹介予定

### 要望・意見・感想

来年からは 熱中症警戒アラートが心配されない時期に 開催できるよう日程を検討する。



## 鳥取県支部

2023/5/13 福生体育館

### 講習内容

準備体操をし、その後ダッシュ、ストップなどコートを走った。ボールつきをしたり、保護者が投げたボールを子供がキャッチしたりした。年齢別に3つのコートに分かれてスロークの球出しをした。最後に簡単な当てをして賞品を全員に持って帰ってもらった。

### 様子風景

恥ずかしがってなかなかコートに入れない子や、上手く出来なくて悔しそうにしていた子も最後の的当てには、楽しそうにしていました。

### 要望・意見・感想

初めは集まりが悪く今年は少ないのではないかと心配しましたが、色々な所の声掛けで沢山集まりにぎやかに行えました。



## 島根県支部

2023/9/15 認定こども園井尻

- 講習内容
- 1、準備運動
  - 2、ボールキャッチ、ボール投げ
  - 3、ラケットでボールのお散歩
  - 4、コロコロゲーム
  - 5、ワンバウンドヒット

### 様子風景

当初、親子での参加可能な日程で予定していましたが、指導者のコロナ感染により、日にちを変更し子供さんのみ対象での開催となりました。

1～5歳児と、低年齢のお子さんが対象でしたので、ラケットの使用は短時間にとどめ、ボール遊びを中心としたメニューとしました。

対象の園は、子どもさんの体力や運動能力を重視した取り組みを日頃からされており、沢山の運動用具が準備されていました。

フラフープや、コーンなど、必要な用具を貸していただき、それらを使つての準備運動などに活用できました。



## 山口県支部

2023/6/10 山陽小野田市 市民館体育ホール

### 講習内容

保護者と子供がひとペアになり行いました。手でボールを転がすキャッチボール。投げて行うキャッチボール。カラーコーンを使ったボールのキャッチング。ラケットを持たせてボール乗せ、ボールのバウンディングなど。ネットを挟まず大人と子供で簡単なボールのラリー・少し時間が余ったので、子供たちに手出しで球出し。思い切りボールをとばしてもらう。

### 様子風景

今年は昨年より年齢層を広げ10歳までのお子さんを募集しました。昨年に比べ参加者は微増ではありましたがコロナ前に比べるとまだまだ参加者は少なかったです。ただ子供たちが少ない分、一人一人に大人がついて丁寧に対応できました。子供たちも最初は上手くできなかつたりと動きもぎこちなかったですが、だんだん雰囲気慣れてくると大粒の汗を流しながら目一杯体を動かしていました参加者からは、「また来年もやりたい!」「ボールをもらえて嬉しかった」「ラケットを買った」などのうれしいお声をいただきました。

### 要望・意見・感想

小さな子供たちに最後まで飽きさせず楽しんでもらうにはどうしたら良いかな?というのが毎回課題になりますが、終わってみて参加した子供たちの「楽しかった」という声を聞けてスタッフ一同とても励みになりました。また、毎回ご提供いただいているボールを希望する参加者に差し上げておりますが、それも大変喜ばれております。どうもありがとうございました。



## 香川県支部

2023/7/26高松市亀水運動センター体育館

### 講習内容

3歳、ボールを転がす。ラケットで風船を連続で突く、保護者とキャッチボール、ボールを転がしてボーリングピンを倒す、ネットの前ラケットでボールを飛ばす。

4歳、ラケットでボールのお散歩(コーンをまわる)、ストローク 遠くにボールを飛ばす。

5.6歳、ラケットでボールを何回突けるか球出しストローク ポレー 1コートに4人入ってラリー 保護者も参加

### 様子風景

暑い中 元気に走り回っていました。昨年、参加して楽しかったと今年も参加してくれました。クラブの掲示を見て新規の方の参加もありました。

### 要望・意見・感想

いまひとつ参加者が少なく残念でした。長い間、7月開催でやってきましたが、暑い時期は避けたい方がよいのではないかと思います。次年度は開催時期をずらすことを検討したいです。



## 愛媛県支部

2023/7/28松山中央公園スポーツフロア

### 講習内容

- \*ランニング、ストレッチ
- \*親子でボール遊び
- \*親は手、子供はラケットを使って遊ぶ
- \*手出しでボール打つ
- \*できる子は、ラリー



# 徳島県支部

2023/10/21徳島市B&G海洋センター体育館

## 講習内容

①準備体操・屈伸、伸脚、アキレス腱伸ばし、手足ブラブラ、肩回し、ジャンプ親子でジャンケンをして負けたら勝った人の周りをまわる(3回)②ボールになれよう・ボールを真上に投げて両手でキャッチ(ノーバウンド、ワンバウンド)三角コーンを使ってボールをキャッチ(ノーバウンド、ワンバウンド)③ラケットに慣れよう・ラケット面にボールを乗せる、ボールを落としてワンバウンドでキャッチラケットでボールを転がして親子で、または講師とラリーをする④打ってみよう手出しボールをストローク(フォア)、ネット近くで手出しボールをボレー3才児には風船を使用、6才児はネット越しの球出しをストローク、ボレー

## 様子風景

・1グループ5人ずつ4ヶ所に分かれて講習を行いました。年齢や経験を考慮してグループ分けをし、当日、子供達の様子を見ながら、グループ別に講習内容を変えるようにしました。・初めてラケットを持った子が多く最初のうちはためらいもありましたが、徐々にラケットの扱いにも慣れて、楽しんで打っていたように思います。・受け取った表彰状やメダルを保護者に嬉しそうに見せている子供たちは笑顔いっぱい、この講習会がテニスを始めるきっかけになればいいな、と思いました。

## 要望・意見・感想

今回はテニスに興味であるお父様が子供を連れて参加されるケースが多くありました。この講習会が親子の交流に役立ち、また将来、親子一緒にテニスができるきっかけになればどんなに素晴らしいことだろう、と思いました改めて、このファミリーエンジョイの素晴らしさ、必要性を強く感じました。



# 高知県支部

2023/7/ 25～28日 高知市営体育館

## 講習内容

高知県支部は4日間実施(1日だけ参加も可)テニスの楽しさを感じてもらうことを目的として、各年齢に合わせて講習を進めた。各年齢別のコートでラケットを的にしてボール当てから始めて、ボレー、スマッシュ、ストロークと進めた。保護者にも簡単な講習を行い、テニス競技を体験してもらい、最終日には親子ペアで5ポイント先取のゲーム形式をおこなった。

## 様子風景

子供たちは最初は緊張していましたが、並べたラケットにボールを投げて倒すのあてゲームで一気に緊張が解けました。ボレー練習では、ラケットにボールが当たると目がキラキラして嬉しい気持ちが伝わってきます。指導者に誉められるとさらに楽しくなりもっとやりたい気持ちが溢れてきます。水分補給で休憩をとっても直ぐにコートにもどりやる気満々で子供たちのエネルギーに圧倒されそうになりました。

## 要望・意見・感想

4歳児にはボレーは教えられても、そこからストロークを教えるのはなかなか難しく良い方法があれば教え方を知りたいと思いました。拙いレッスンで喜んでくれた子供たちには感謝しています。コロナで中止が続いたこともあって、参加者が少なかったのが残念でしたがその分丁寧な指導ができたかなと思います。子供達には、ボール遊びで楽しい経験をしてボールを打つことが好きになってくれることが大切だと思いました。その為にも子供たちの様子をよく観察し対応することが望ましいと思いました。参加者がファミリーエンジョイの体験をきっかけにテニスを始めてくれると嬉しいなと思いました。専門的すぎない、準備体操、講習内容(年齢別の指導方法)の具体例がいくつかあれば教えて頂きたいです。



## 福岡県支部

2023/5/26尾倉中学校体育館

### 講習内容

- ① ネット8張り、ラケット80本ボール、フラフープ、的、カゴ準備
- ② 挨拶・コーチ紹介・準備体操・ラケットを使う時の注意事項を伝える。
- ③ コーチがデモンストレーションをする。(ラリー・ストロークボレー・スマッシュ等)
- ④ ラケットにボールを乗せ回す・ラケットでボールを上向き・下向きでつく(何回出来たか聞く)
- ⑤ 各コートに分かれ、コーチがボールを足元に置きラケットで的に向かって転がす。フォア・バック
- ⑥ コーチが園児の横でボールを落としワンバウンドでフォアストローク・バックストロークを打つ
- ⑦ コーチがネット越しの近くでボールを投げノーバウンドで打つ・ボレー
- ⑧ コーチとラリーをする。
- ⑨ 整列をして、挨拶、記念撮影、お土産を貰って解散

### 要望・意見・感想

尾倉幼稚園の年長児を対象に毎年、ファミリーエンジョイをさせて頂いています。今年度は5月と進級してすぐでしたので、園長先生も少し不安のようでしたが、園児たちは大人が思うよりも柔軟性がありとても上手にできました。毎年の事ですが、子どもにはワンバウンドが難しく、ストロークから始めるか、ボレーから始めるか悩んでいる所です。



## 佐賀県支部

2023/9/18グラスコート佐賀テニスクラブ

### 講習内容

- ① しっぽとり・新聞紙パンチ・ちゃんばら(ウォーミングアップ)
- ② 大きいボールでのキャッチボール(ワンバウンド・ノーバウンド)
- ③ スポンジボールでのキャッチボール(ワンバウンド・ノーバウンド)
- ④ スポンジボールでラケットでボールの転がしあい
- ⑤ ネット越しでボールを投げてストローク
- ⑥ 親子でボールの打ち合いチャレンジ

### 様子風景

今回のテーマは、家族と遊ぶ。

前日の雨のため芝生での鬼ごっこはできなかったが、屋根付きのコートでしっぽ取りを行った。

参加の人数が増え保護者の参加が多かったために、しっかりと参加していただき楽しんで頂けた。

最後は、ご褒美のボールとかき氷を食べてみんな満足だった。

### 要望・意見・感想

今回、ソニー生命からご協賛いただき事前に相談したところかき氷を提供して頂けるとなりました。

普段は、テニス教室を外から見ている保護者が、ボールを投げたり子供と打ち合ったり十分楽しめたと思えます。

最後の打ち合いでは、飽きずに終了するまで打ち合っていました。皆さんに大変喜ばれました。



## 長崎県支部

2023/7/22平和公園長崎市営庭球場

### 講習内容

準備体操・ジャンボリーミッキー  
ボール遊び \*1人遊び キャッチ(空中/ワンバウンド/サイドステップを入れて/手をたたいて/左右手で投げる)\*2人遊び ゴロキャッチ(足はパーで、転がすときはチョキにして手のひらを転がす方向へ向ける)/ボールを投げる(ボールを持ってない方の手は投げる方へ向ける)\*ラケットを持って・ラケット面でボール(手のひら・甲)・ラケットでボールをポンポンさせる・ポンポンした後、落としてラケットと手で挟んでキャッチ  
\*ゴロラリー・親が転がし、子がラケットで返す(両手OK)・手のひら・甲を交互に使ってラリー  
\*キャッチ&ショット・ワンバウンドさせてキャッチ  
\*ネットを挟んで・親がネット越しからボールを投げラケットに当てる/バウンドさせたボールを打たせる  
・2人1組(ラリーが続くことの楽しさ)ゲームを楽しむ・親子でテニスドッジボール・サッカー(小学生と低年齢を分けて実施)

### 様子風景

たくさんのご家族に参加していただき、ボールを転がしたり、投げたり、打ったり、ボールをラケットに当ててあげたりと親子で楽しんでいました。  
あちらこちらで笑い声と笑顔がたくさん見られ、スタッフも安全面に気を配りながら、一緒に楽しんでいました。最後のテニスドッジボールは大いに盛り上がり楽しんでました。

### 要望・意見・感想

今回はご家族そろっての参加が多かったので、スタッフ2名体制で4、5名のご家族を見てもらったのでたくさんの方が目がある中で開催できたと思います。  
何よりけがもなく、無事終了することができました。



## 大分県支部

2023/9/18レゾナックテニスコート

### 講習内容

スポンジボールを上に向けてキャッチ、地面に1バウンドしてキャッチ、スポンジボールを地面につく。  
スポンジボールをラケットの上で転がす、スポンジボールをラケットでつく。  
スポンジボールを手出しでボレーする。

### 様子風景

暑い中たくさんのお子さんが参加して下さいました。  
とにかく飽きさせず楽しんでもらおうと、テンポよく進行することに務めました。保護者にも楽しんでもらえるように保護者にも参加してもらいました。

### 要望・意見・感想

女子連に加入している人は大会もたくさんありますが、家族で参加する団体戦の大会などあったら面白いと思います。



## 熊本県支部

2023/8/3パークドーム熊本

### 講習内容

FETブラッシュアップの資料を参考に行いました。前半は親子で真似っこ体操、ボール遊び、ドッチボールゲームをしました。後半は3コートに分かれて、3、4歳クラスはスポンジボールを使用。移動ミニネットを準備し、球だしでボールをラケット当てる楽しみを感じてもらい、5歳以上のクラスはレッドボールを使い、球出しでボレーとストロークに挑戦しました。初めてテニスをする子が多かったですがスタッフとのラリーが続くと目がキラキラと楽しそうにする表情が見れました。最後に賞状とメダル、プレゼントを渡し喜んで頂けました。

### 様子風景

熊本日日新聞のデジタル版に要項を掲載して頂きました

### 要望・意見・感想

気温も高かった為、熱中症にならないよう休憩と水分補給もこまめにとりました。体調を崩す子もおらず楽しかったと言って頂けてファミリーエンジョイのやりがいを感じました。



## 宮崎県支部

2023/8/5宮崎市青少年プラザ体育館

### 講習内容

・準備運動(となりのトロ～さんぽ) 親子で出来る簡単な体操をデモンストレーションし、音楽付きで行った。  
・ラダートレーニング つま先忍者歩き・カニさん歩き・ジャンプ・グーパージャンプ・ケンケンバジャンプ  
・親子でキャッチボール ・対面転がし・足開閉キャッチ・1バウンドキャッチ・ノーバウンドキャッチ・ターゲットパネルで狙う練習、子どもチーム対大人チームでクリアタイムを競った。・ラケットの持ち方等の説明、安全にテニスを楽しむために注意事項・ボールを運んでみよう、ラケットにボールを乗せ籠まで運ぶ・ボールを打ってみよう、球出しでフォアハンド・バックハンド・ボレー・スマッシュの実践・スタッフと対決、子ども対スタッフ 保護者対スタッフ

### 様子風景

・ボールで遊ぼう！をテーマに出来るだけ多くボールに触れられるようなプログラムを考えました。準備体操は簡単な動き且つ人気のトロの曲で盛り上がりました。テニスが初めての子ども達、経験のある子どももいましたが、初めから終わりまで笑顔が溢れていました。沢山の「頑張ったねシール」に子ども達は大喜び！お友達と見せ合う場面も見られました。ターゲットパネルでの親子対決は、特に楽しんで頂けたようです。

### 要望・意見・感想

・お土産のスポンジボールに大変喜ばれていました。・シールを貼るカードを手作りしていますが、素材画像があれば助かります。



## 講習内容

準備体操 全体で、保護者と一緒に基本的なストレッチとコートのラインを使ったジョギング。  
 6歳未満と6歳以上に分かれて6歳未満は、最初に「あかほっぺのタマちゃん」の絵本の読み聞かせをしました。  
 テニスが初めての子供達は緊張していたので自己紹介をしてもらうことで、楽しい雰囲気作りに努めました。  
 次は、ネットの傍に立ち、ネットを越えて遠くに投げて、走って拾ったり、保護者と一緒にキャッチボールをしたり  
 身体をたくさん動かしました。最後は、ラケットを使ってボールを打ち、能勢先生の声かけで、大きくラケットを振り  
 ボールがネットを飛び越えると喜んでました。6歳以上は最初は永村先生と一緒に、コートのライン上にコーンを置  
 き、飛んだり、ジグザグに走ったり、お友達とかけっこをしました。次にキャッチボール、片手でボールをキャッチして  
 ボール遊びをしました。最後はラケットを使ってボールを乗せて走り、バウンドさせたり、ネットを挟んで先生とラリー  
 をしました。ラリーができると、とても嬉しそうでした。

## 様子風景

講師陣は初めての子供達がテニスに楽しく触れ合う事ができるように声をかけたり、保護者と一緒にできるように  
 コートと一緒にいってもらって傍にいて、笑顔がいっぱいの時間となりました。母の日ということもあり、お花を  
 子供達から保護者へプレゼントしました。保護者からは、子供達にテニスボールメダルとお菓子の詰め合わせを  
 プレゼントしました。最後は、笑顔で記念撮影をしました。

## 要望・意見・感想

特別協賛いただきましたソニー生命保険(株)様はじめ、協賛頂きました(株)ダンロップスポーツマーケティング様  
 グロープライド(株)様、ヨネックス(株)様、アメアスポーツジャパン(株)様、HEAD Japan(株)様運営に携わった皆様  
 ありがとうございました！！



## 沖縄県支部

10月9日（月）に行われる予定でしたファミリーエンジョイテニスは、中止となりました。  
 奥武山近くの学童と幼稚園参加予定でしたが、インフルエンザのクラスターが起これり  
 学童、幼稚園の保護者からの不参加の連絡が多々あり、近くの高校も学校閉鎖  
 (300人以上インフルエンザで欠席の為)の為、中止とさせていただきます。