

すぎな園 だより

令和4年3月1日発行 第178号
住所：松山市北吉田町77-95
TEL：974-8310
FAX：974-8340
メールアドレス：suginaen.0704@song.ocn.ne.jp



感動をありがとう

北京オリンピック終わりましたね～！メダルをとられた方も凄いですし、参加されただけでももちろん凄いことですね！いくつか判定への疑問などトラブルも放送されていましたが、最後まであきらめずに取り組みました選手の方々は素晴らしかったです！

なかでも個人的に注目していたのはフィギュアスケートです。最後まで挑戦する姿勢を崩さなかった選手たちにたくさんの感動を与えてもらいました。そんなフィギュアスケートですが気なることが・・・なんだかフィギュアスケートって観ていて点数が分かりにくい部分がありませんか？なので、今回はフィギュアスケートの点数についてご紹介したいと思います。

まずはご存じの方もおられると思いますが、基本的にショートプログラム（SP）とフリースケーティング（FS）の合計点で競います。ショートプログラムはジャンプ・ステップ・スピンなど滑る内容が決まっており、技術力や表現力で差が出る種目です。フリースケーティングは滑る内容が自由であり、得意な技をメインに演技を組み立てていく種目です。

採点方法の内訳を大まかに分けると「技術点（TES）」と「演技構成点（PCS）」の二つがあります。基本的にこの2項目の合計がスコアとなりますが、転倒や規定違反などがあった場合、ここから「減点」となります。項目別にみっていくと「技術点」はまさに選手の技量を判定するもの。技の基礎となる「基礎点」と、質を評価する「出来栄点」の合計となります。基本的には難しい技を美しく決めるほど点数が高くなります。ジャンプ、スピン、ステップなどの基本の要素があり、それぞれ難度に応じて「基礎点」を定めています。

次は「演技構成点」について、これは5項目で評価するものです。①スケートの技術、②技のつなぎ、③演技表現、④振り付け、⑤音楽の解釈で構成されます。技術点との大きな違いは、満点が存在するという点で、完璧の出来ならば5つの項目全て10点になります。演技構成点は音楽の世界観にふさわしい演技をしているかを評価され、ダンスのうまさ、表情、スケート技術の高さなども全て得点に換算されます。

ジャンプは6種類あり、トーループ、サルコー、ループ、フリップ、ルッツの順に難度が上がり、トリプルアクセルで有名なアクセルが一番難しいとされています。

簡単にまとめると・・・

●ショートプログラム（SP）とフリースケーティング（FS）の合計点で競う。

●採点方式の基本は「技術点（基礎点+出来栄点）+演技構成点-減点」

●ジャンプの基礎点（一部）

3回転トーループ 4.2 3回転フリップ 5.3 トリプル 3回転アクセル 8.0

4回転トーループ 9.5 4回転フリップ 11.0 クワット 4回転アクセル 12.5

ジャンプの基礎点を知ってみて、4回転アクセルの得点の高さから改めてその難しさが伺えます。難しい技に挑み続けただけでなく、その他にも素晴らしい演技をみせてくれたた羽生選手は、練習面でも精神面でも自分を追い込んだのではないのでしょうか。そういった精神は見習いたいものです。私たちも何かに打ち負けそうになる時があるかもしれませんが、気持ちだけでも負けないようにしていきたいものですね。次の冬のオリンピックは4年後ですが、フィギュアスケートでは他にもまだまだ色んな大会があり、それまでにも応援する機会はあるかと思うのでよかったですら参考にしてみてくださいね。そしてこれから開催される北京パラリンピックも、しっかり応援していきたいと思っています。

文責：宮岡 美涼（スケートは滑れません・・・）



豆まき

今年の節分は2月3日でしたね。

そもそも…『節分』ってなあに？ 節分って『季節を分ける日』で、みんなが健康で幸せに過ごせるようになって願って、悪いものを追い出す日』なんだって♪

ということで…すぎな園にも『赤鬼と緑鬼』がやってきて、みんなで豆をまいて『鬼退治』！
突然の鬼の登場にみんな最初は戸惑ったり大喜びだったり、なかなか豆をまくことにはなりませんでしたが、最後は丁寧に裏玄関から帰っていただくことが出来ました（笑）

ちなみに、〇〇さんと△△さんと××さんと…数えるときりがありませんが、撒くはずの豆を美味しくように食べていたのは内緒にしときますね～☆



花だより

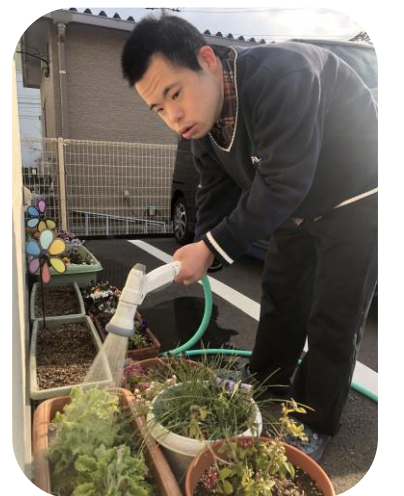


11月に植えたチューリップ🌷元気に芽を出し始めています。
協力して水やりし大切に育てたさくら草やピオラも綺麗に咲いてきました。

先日は『生右地区社会福祉協議会』様からご注文いただいた寄せ植え作りも行ない、『花かんざしとピオラ』の寄せ植え140鉢を作りました。

すぎな園はすっかり花ざかりです🌸

暖かくなるにつれ、もっともっとたくさんの花が咲いてきます。
ご来園の際にはぜひ『すぎなガーデン』をお楽しみください!!



お知らせ

コロナウイルス感染拡大予防のため 当面の間 外出活動と料理活動を中止とさせていただきます

文責：岩井 香織