



スポーツ推進委員だより

【令和5年9月発行／第44号／桶川市スポーツ推進委員連絡協議会】

親子で楽しくパラリンピック種目体験

6月25日(日)、桶川サン・アリーナにおいて「親子で楽しくパラリンピック種目体験」を開催しました。

種目はボッチャ、マットス、フローカーリング、ソフトモルックの4種目で参加者は17家族34名でした。

ボッチャ、ソフトモルックは昨年に引き続き行い、今回新たにマットス、フローカーリングを取り入れました。

ソフトモルックはチーム戦で行い目標点である50点を達成した時はチーム内から大きな歓声が上がって盛り上がりました。

どの種目も、誰にでも簡単な動作で行えるスポーツで楽しんで頂く事ができました。

多くの方に参加頂き有難うございました。



市民ミニバレー大会

9月3日(日)、桶川サン・アリーナにおいて、第17回市民ミニバレー大会を開催しました。参加チームは一般男子の部4チーム、一般女子の部4チーム、合計40人でした。

久しぶりの大会で参加数は少なかったものの、ミニバレー教室から参加してくれた家族や、懐かしい顔ぶれもあり良い大会になったと思います。男女それぞれ総当たり戦を行い、厳しいせめぎあいや和気あいあいとした場面も見られ、参加者には十分楽しんでいただけたと思います。

優勝チームは以下の通りです。おめでとうございます。

一般男子の部：キララ

一般女子の部：ぱんだA



生涯学習・スポーツ推進課新体制

令和5年度職員は、7年間担当されていた小島輝夫課長が異動され、園田隆一郎課長、野口博之副課長、岩崎孝一係長、諸岡禪主任、橋本愛美主事が令和5年度の新体制で構成されました。



ミニバレー教室前期・後期

今年度も前期5月22日～6月12日の毎週月曜日、桶川東中にて、後期6月15日～7月20日、毎週木曜日に桶川サン・アリーナにてミニバレー教室を行いました。参加者は前期12名、後期11名延べ23名でした。バレー未経験でも楽しめるスポーツとなっております。次年度も開催予定ですので、お知り合いの方をお誘いの上、多くの方にご参加いただければと思います。

シルバーニューススポーツ教室

5月9日～6月6日まで、毎週火曜日の午後1時30分～桶川サン・アリーナにおいて、5回行いました。

ラダーゲッター、ディスゲッター、フロアカーリング、ボッチャ、モルック、マットス、グラウンド・ゴルフ、スクエアステップ、マットス8種目を体験しました。まだ、コロナの影響も残っている様で、22名の参加となりました。

今回からマットスが初種目、体験となりましたので種目説明致します。

- ① 1試技につきボールは別々に4個投げます。4個の構成は、白(55g)、黄色(65g)、ピンク(75g)、赤(85g)をそれぞれ1個ずつとします。
- ② どのボールから投げても良いこととしますが、ボールを2個以上同時に投げてはいけません。
- ③ マットの近縁から1.5m離れて立ち(もしくは椅子に座り)、その位置からボールを投げます。ボールを投げる際、ラインを踏んだり超えたりすると、そのボール(1個)は無効となります。投げ終わった後も3秒以内にラインを踏む、または越えたらそのボール(1個)は無効となります。
- ④ マットの近縁から1.5m離れた地点を左右に伸ばした時に引かれる線を越えなければ横移動に制限はないものとします。

マットにボールを投げて、落ちた形によって高得点が狙える「役」より難しい役を狙うことも楽しいですし、どういう役が完成できるかを考えることが、脳の認知機能にも役に立ちます。楽しむのと同時に脳の機能を活性化できます。

力の加減や投げ方によってボールの落ちる場所や転がり方が異なるため楽しく、ワイワイしながら「考える」「予測する」という行為(脳機能腑活)を自然に行うことができます。

点数計算は頭を使う良い機会になります。車いすの人、身体的虚弱な方、転倒リスクの高い人などあらゆるタイプの方が同じ場所でプレイ出来る上、誰もが勝てるチャンスがあります。

今回の教室は「沢山の種目を楽しめて良かった!」と言って頂きました。



普通救命講習会

4月15日(土) 桶川サン・アリーナの柔道場において、普通救命講習会を行いました。桶川消防署西分署4名の方を講師に迎え、スポーツ推進委員19名と事務局他8名が受講しました。

今回は主に幼児・乳児を対象にしたもので、AEDの使い方や、止血法・異物除去の方法を学びました。特に乳児の胸骨圧迫やAEDの使い方は初めてで良い経験になりました。人形なのでそれなりに訓練は出来ましたがいざとなったら難しいと思いました。実践することが無いことを祈りつつ、万が一の時にはこういった訓練が少しでも役立てればと思います。

今回の実技研修に先立ち、各個人でWEB研修を受講しての参加で、最後に修了証をもらって終了しました。お忙しい中、西分署の皆さんありがとうございました。



親子で楽しくスポーツ体験

5月5日(金)、べに花ふるさと館で「べに花ふるさと館初夏の集い」の催しが行われ、「親子で楽しくスポーツ体験」のコーナーをスポーツ推進委員が担当し、6名参加しました。

天気も良く、今年も沢山の親子が訪れ、ポッチャとモルックを体験してもらいました。どちらも競技のやり方を簡単に説明して、何回か投げてもらう程度にしました。

両種目とも誰でも、どこでも、手軽に、出来る種目ですので人気があり、皆さんに喜んでもらえました。

桶川市長、オケちゃんにも体験して頂きました。



関東スポーツ推進委員研究大会

6月9日(金)、10日(土) 群馬県前橋市ALSOKぐんま総合スポーツセンターのアリーナにおいて、関東各都県スポーツ推進委員が一堂に集まり、当面する生涯スポーツの諸問題について研究協議し、スポーツ推進委員の資質の向上と相互の情報交換を図り、地域スポーツの発展に寄与する趣旨で開催され、桶川市は岩崎会長、田坂女性委員長2名が参加しました。

1日目は開会式、表彰式、アトラクション、パネルディスカッションが開催されました。パネルディスカッションテーマ「新たな時代における地域スポーツの普及に向けて」では、今後の地域スポーツのビジョンはそれぞれ違い地域ごとに理想は異なります。その中でスポーツ推進委員の在り方、部活動の地域移行など色々と課題はありますが、その中で地域の皆さんが喜んでくれるスポーツで、健康増進を目指していければとの思いを伝えておられました。

2日目は第2分科会「富岡世界遺産ウォーキング」に参加しました。

古くから養蚕が盛んで広い土地と豊かな水のある富岡が注目され1872年に官営の製糸場が建てられました。2014年に生糸の大量生産を実現した「技術革新」と世界と日本の「技術交流」に貢献したとして、世界遺産に登録されました。

歴史的建造物やギャラリーなど、施設内には見どころが沢山ありました。

敷地内には寄宿舎や診療所も完備され、女性の社会進出の先駆けをいく工場でした。機会がありましたら是非、足を運んで頂けたらと思います。



埼玉県スポーツ推進委員協議会北地区研修会

6月24日（土）桶川サン・アリーナにおいて、北地区研修会が桶川市主管で開催されました。桶川・北本・上尾市の各スポーツ推進委員と市のスポーツ振興に関係する方々によって市民の健康、体力の増進と生涯スポーツ推進の観点から、地域に根ざした生涯スポーツの振興を図るため、主体性と指導力の向上を図るとともに、相互の連携を深めることを趣旨として実施されました。

開講式開催後、表彰式も行われ、上尾市より5名、北本市より3名の方が功労者として受賞されました。長年勤続にあたり感謝を述べるとともに各市にての御発展をお祈りいたします。

その後、会場をサブアリーナへと移し、実技研修を行いました。

午前にはクロスミントンというバドミントンに似たような競技で両サイドのコートに2人1組ずつ分かれ、交互に打ち合い、床にシャトルが付かないように8点マッチで勝敗を競います。ラケットはバドミントンよりシャフトは短めで、競技自体はシンプルなため、ラリーが続くと白熱し、大いに盛り上がっていました。

午後はモルックという木製の棒を投げて、数字の書かれた12本のピン（スキットル）を倒します。

その後、倒れたスキットルはその場に立てられ、繰り返し交互に投てきします。複数本の場合は倒れた本数が点数で1本の場合だと書かれた数字が得点となり、足してちょうど50点になったチームの勝ちというゲームです。

50点を超えると25点に戻り、3回連続してミス（倒せず得点できない）だと0点に戻して行いました。

50点ちょうどになかなかいかず、行ったり来たり得点が続くことで大変盛り上がりました。

今回体験した実技研修の両競技はルールのみ込みやすく、シンプルでお互いが分かりやすいものであり、体力や性別、年齢差などを感じさせないものでありました。

今後はより多くの方々が楽しみ、実用できる競技へと発展し、普及していけたらと思いました。



北地区スポーツ推進委員野外活動指導者研修会

8月6日（日）スポーツ推進委員野外活動指導者研修会が、秩父市ミュージックパークにおいて開催されました。晴天の中、熱中症対策を十分に講じて行いました。

活動場所が秩父市と少し離れていましたが、上尾市25名、北本市12名、桶川市17名と多くの方々の参加がありました。

たくさんの自然の中で、日々のストレスから解放され、すっきりした気分を味わうことができました。また自然下での活動でしたが、怪我人や病人が出ることなく終えることができました。

午前の活動では、熱中症についての講話を聞き、その講話を生かして、アキュラシー、スピードラダーゲッターを体験しました。

今後の活動に活かすために、より多くのことを学ぶことができ、1日を通して、大変充実した体験をすることができました。

令和5年度後期行事予定

10月22日（日）スポーツフェスティバル

2月11日（日）オケちゃん駅伝競走大会を予定しておりますので、皆さんの参加をお待ちしております。詳しくは広報おけがわをご覧ください。

編集後記

令和5年度の前期の行事は規模は小さめですが、ほとんど通常通り、出来るようになりました。今後は全て出来ることを祈ります。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

編集委員：田坂めぐみ、小池尚道、山下智弘、加藤元一、原田尚実知、雨宮恒美、田之上凌太、田沼翔吾