



東近江市スポーツ推進委員協議会
かわら版
スポーツを楽しみ、健康と笑いの輪を広げよう!

回 覧
第 33 号
2022年 8 月 1 日
発行 東近江市スポーツ推進委員協議会 広報部
住所 東近江市八日市緑町 10番5号
東近江市文化スポーツ部スポーツ課内
TEL 0748-24-5674
IP 050-5801-5674

太郎坊ウォークを開催しました

令和4年5月15日(日)に太郎坊ウォークを開催しました。一般参加者、スポーツ推進委員、市スポーツ課職員、計73名でウォークを楽しみました。

当日は、明け方までの雨も上がり、やわらかな陽射しのもと、箕作小学校を出発点として、瓦屋禅寺→太郎坊宮(阿賀神社)→大將軍→金柱宮跡→箕作小学校の全長約8.6kmのコースを、途中で「インターバル速歩」も体験していただきながら、約2時間で完歩しました。

瓦屋禅寺や太郎坊宮までの坂道は、汗をかきながらのウォークとなりましたが、登り切った先では素晴らしい眺望を楽しめ、達成感もひとしおです。また、田植えが終

わり、執り行われている田植祭を横に見ながら、吹き抜ける風を心地よく感じることもできました。

終了後のアンケートでは、参加者の90%以上の方に「また参加したい。」と回答いただいた満足度の高いウォークとなりました。



第16回東近江市ディスコン大会を開催しました

令和4年6月19日(日)湖東体育館にて「第16回東近江市ディスコン大会」を開催しました。

今年もマスクはもちろんのこと、1試合ごとにディスクやポイントをアルコール消毒し、感染症対策をしながらの大会でした。

本大会は、最初に3チーム総当たりのリーグ戦で争い、その結果をもとに各コートの1位、2位、3位とリーグに分かれて再度リーグ戦で争って頂点を目指します。

今回は、総勢18チームに参加していただきました。

ディスコンは、年齢を問わず誰でも気軽にできる簡単で奥深いニュースポーツです。最初に投げたポイントめがけて各チームが赤と青のディスクを投げ合い、得点を競います。

ポイントにぴったりとくっつけたり、相手のディスクを弾き飛ばしたりと、チーム一丸となって、熱い戦いが繰り広げられました。

全国大会で優勝、準優勝された経験をもつチームも出場され、ハイレベルな戦いを目の前で見る事ができた大会でもありました。

決勝戦では湖東地区同士での優勝争いが繰り広げられ、「なかよし」チームが見事優勝を手にし、準優勝は「夢クラブB」チーム、第3位は「五個荘」チームとなりました。

みなさんには、体力づくり、健康の保持増進のためにも引き続き活動を続けていただきたいと思います。



優勝された「なかよし」チームのみなさん

下半期のスポーツ推進委員協議会主催事業

みなさんが参加できるスポーツ関連行事を掲載しています。是非、ご自身の興味のあるものに参加してください。詳細は、東近江市文化スポーツ部スポーツ課までお問い合わせください。

- 11月20日(日) 愛東ウォーク
- 2月19日(日) 第10回東近江市ネットでポンポイ大会

注：新型コロナウイルス等の影響により、やむを得ず開催日時を延期又は中止する場合がございます。予めご了承ください。



東近江市スポーツ推進委員協議会の各種SNSです。活動の様子やイベント関連情報を発信しますので、是非チェックしてみてください。

LINE
公式アカウント

Facebook
アカウント



2025年のデモスポ開催に向けて、「ネットでポンポイ」を広く市民のみなさんに普及していきたいと思っております。



◆デモンストレーションスポーツ(デモスポ)とは?
国民スポーツ大会開催県内に居住している方々を対象に、開催県が希望する競技の競技会を独自に実施できるというものです。年齢、性別、経験や障害の有無に関係なく、多くの方々が気軽に参加でき、国スポ(国体)に参加した感動を実感してもらうことができます。

本市発祥のニュースポーツ「ネットでポンポイ」が2025年に滋賀県で開催される国民スポーツ大会のデモンストレーションスポーツ(デモスポ)として内定されました。

ネットでポンポイが
デモスポに内定!



食の健康シリーズ vol.6



材料(2人分)

- ・食パン..... 2枚
- ・シチュー(レトルトでok)..... 100g
- ・スライスチーズ..... 2枚
- ・粉チーズ..... 少々

作り方

- ① 食パンを一口サイズに切り、グラタン皿に並べる。
- ② パンの上にシチュー、スライスチーズを順に重ねて粉チーズを少々加える。
- ③ オーブントースターで焼き目がつくまでこんがり焼く。

「食の健康シリーズ」第六弾は、「グラパン」を紹介いたします。グラパンは、夕食の残りのシチューを使って簡単に調理できるので朝食におすすめです。カレーやミートソース等、味を変えても楽しめます。朝食は、1日の始まりの大切な食事です。家族みんなでグラパンを召し上がってみてはいかがでしょうか。



編集後記

この原稿を書いているのは6月28日ですが、日本各地で記録的に早い梅雨明けとなり、梅雨期間も記録的な短期間と発表されました。体調管理を徹底し、まだまだ続く暑さにもしっかり向き合い、スポーツや各種行事を楽しみながら暑い季節を乗り越えましょう!



インフォメーション

問合せ及び申込先は、
東近江市文化スポーツ部スポーツ課
☎ 0748-24-5674
IP 050-5801-5674

あなたのまちへ、あなたのサークルへ、
スポーツ推進委員が外向きます。

- 子ども会の行事で何かスポーツを楽しみたい。
- 老人会で健康体操をしたい。
- 自治会のイベントで体を動かしたい。
- 職場の仲間でニュースポーツを体験したい。

などなど、様々なスポーツに関する出前を承ります。

カラダに嬉しい情報を配信中!!「東近江市スポーツ推進委員協議会ブログ」はコチラ↓



令和4年度、5年度の 東近江市スポーツ推進委員を紹介します

平田	市辺	玉緒	御園
水谷 恵子	小澤 由治	堤 智司	清水 秀憲
御園	建部	中野	
三輪 いずみ	高木 重隆	寺井 慎	辻 伝吉
八日市	南部	永源寺	
落合 明美	山田 勇人	小泉 遼一郎	丸野 幸光
永源寺	五個荘	愛東	
丸山 直輝	河村 圭三	七里 志宝	小西 早苗
愛東	湖東	能登川	
伊藤 紀代美	高橋 平	松居 正治	小杉 秀行
能登川	蒲生	びわこ学院大学	
山本 光代	中川 秀樹	天野 美加	桂田 昌彦
川島 康弘	藪谷 高	中澤 勝	吉井 圭

総合型地域スポーツクラブの活動を紹介します

健康倶楽部がこしろう

五個荘地区「健康倶楽部がこしろう」は、現在、会員96名、役員14名で構成され、地域に根差した付加価値の高いスポーツクラブを目指して早18年目を迎えています。

この間、主として取り組んできた活動のねらいは、60歳以上の皆さんを対象にした1日が楽しくなる「身近な拠り所づくり」です。

おかげさまで、会員の皆さんから元気な笑顔をもたらせる今日この頃です。

◆スローガン
人生100年時代の「体」と「心」の健康づくり

◆行動指針
「体」「学」「癒」を科学し、五個荘地区の医療費5%減

「今日やることは…?」、「今日行くところは…?」と、毎日の予定が定かでないければ、大切な時間ももたない。そんな大切な時間を無駄にしてみたくはないという思いから、以下に掲げる活動内容の環境整備に取り組んできました。

◆具体的な取組み
・県対応↓登録証制度の取組み強化
・地元対応↓会員増と各種目の活性化
皆さんの「身近な拠り所」がこんなにできあがりました！

スポーツ事業 (体)

種目	曜日
ウォーク	毎週土曜日
卓球	毎週火・金曜日
健康トレーニング	第2・4木曜日
ヨガ	毎週水曜日
テニス	毎週日曜日
シェイプアップスクール	第1・3木曜日
パドルテニス	毎週土曜日
ディスコン	毎週木曜日
フレッシュテニス	毎週水曜日

健康推進事業 (学)

事業名	日時
生活習慣病予防の講座(料理) 「ストレッチ&ヘルシークッキング」	7月4日(月)
インボディ骨密度測定会	10月7日(金)
食事と健康を考える講座(料理) 「ヘルシークッキング」	2月27日(月)

イベント事業 (癒)

事業名	日時
東近江トレイル	4月16日(土)、 11月予定 ※年2回
てんびんの里 ふれあいウォーク2022	5月15日(日)
ときめき歴史ウォーク	6月25日(土)、 11月中旬~下旬、 3月中旬~下旬 ※年3回
ボウリング大会	9月3日(土)、 1月中旬 ※年2回
あなたは大丈夫? フレイル予防講座	9月5日(月)
あじさいスポーツ フェスティバル	11月20日(日)



▲スクエアステップ教室の様子



▲小学生陸上教室の様子

開催教室一覧

一般教室	ビーチボール、ピンポン、バスケットボール、ネットでポンポン、スポレック、バドミントン(初心者・シニア・キッズクラスあり)、陸上(小学3年~6年生)
特別教室	特別教室、リフレッシュヨガ、フラダンス、姿勢改善&筋力UP、スクエアステップ、グラウンドゴルフ
企画教室	ウォーキング<春・秋>、ニュースポーツ

問合せ先

NPO 法人 能登川総合スポーツクラブ事務局

〒521-1225 東近江市山路町2225番地(能登川アリーナ内)
Tel 0748-42-8400 IP 050-8035-8591
Mail: notospo-sc@e-omi.ne.jp
HP http://www.notogawa-sc.com/



「ふるおいとにぎわいのあるまちづくりひびく」 NPO法人能登川総合スポーツクラブ

能登川総合スポーツクラブは平成18年に設立、平成24年にはNPO法人格を取得し、ふるおいとにぎわいのあるまちづくりに、ひとづくりに寄与することを目的に活動しています。

当クラブでは、地区スポーツ推進委員他多くの指導者の協力を得て、ひとりでも多くの方にスポーツの楽しさを体験していただける環境づくりに取り組んでいます。

障がい者スポーツ事業にも力を入れ、子どもから高齢者まで誰もが気軽に利用できるクラブを目指しています。