



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!

第21号

2016年4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
東近江市教育委員会スポーツ課内
TEL 0748-24-5674
IP 050-5801-5674

これからの十年に向けて スポーツ推進に新しい味付けを

東近江市スポーツ推進委員協議会

委員長 山下 滋

●これまでの取り組み

東近江市が誕生して早、十年、各地域から推薦されましたスポーツ推進委員からなるスポーツ推進委員協議会も色々な取り組みをしてまいりました。

最初に、私たちの活動スローガンを紹介いたします。

左の写真はそのスローガンを表した二十畳敷の大風です。



判じもんは「スポーツを楽しみ、健康と笑いの輪を広げよう」の意味を表します。

一、自主企画・事業のスポーツ推進と指導

二、各種団体と協働し、市民の健康づくりの輪を広げる

以上、二つのことをスポーツ推進委員の大きな役割として様々な事業を展開しています。

例えば、デイスコン大会、ウォーキング、東近江市発祥のネットでのポニョイ大会等があります。

また、「輪を広げる」という意味では、幼児から成人、高齢者、身障者の各団体と協働で出前講座を開催し、年間約六十回、約三千名強の皆様にご参加をいただいています。

さらに、市民へのサービスとして委員活動の見える化に力を入れており、かわら版の発行、ブログの開設、ケーブルテレビ等で情報を発信していますので、是非一度ご覧

ください。

そして、事業の展開、スポーツ指導をしていくため、座学、実技研修等も行い、資質向上にも取り組んでいます。



奥永源寺地域の住民を対象にした市内大学との連携事業

●これからの取り組み

節目の十年が過ぎ、また新たな十年に向けてスタートしました。

日本全体でみると、東京オリンピック、そして滋賀県では団体の開催が予定されています。

スポーツ熱が盛り上がる絶好のチャンスではあるものの、一方で、いくつかの課題も挙げられます。

一つ目は、幼児の体力低下、二つ目は、高齢者の健康寿命、三つ目は成人のストレス等です。

昨年末では、成人のスポーツ実施率向上を中心とした活動をして参りましたが、今後、新たな十年に向け、前述の課題解決に向けた活動を従来の活動に「味加える」「+α」を考え、継続的に進めていきます。

そして、新たな事業を、新しい味付けをしたスポーツ番組として提供していきます。

います。

その内容といたしましては、
一、三代交流のウォーキング
(市内の名所を楽しみながら歩く)

二、ファミリー体力向上&ふれあいスポーツ(自己の体力を知り、運動習慣を身につける)

三、バージョンアップした健康教室(期間をかけて体力UP)

四、幼児・保育園と連携した体力測定の支援

等を本年度の事業として推進いたします。

また、地域スポーツの拠点として活動を展開中の七つの総合型地域スポーツクラブとも、より連携を深め、市民の健康づくりに貢献していきたいと思えます。

是非、運動を継続中の方、運動をされていない方もクラブに入会していただき、楽しく汗を流していたきたいと思えます。

興味を持たれた方は、スポーツ推進委員又は市役所スポーツ課にお問合せください。

最後に、スポーツをする人もスポーツを観る人も、スポーツを支える人も、全ての人が健康で、笑いのある東近江市になるよう、推進委員全員が「汗多く」の精神で取り組んでまいりますので、お力添えをいただければ幸いです。

何かありましたら、お近くの推進委員に、気軽にお声掛けください。



第56回全国スポーツ推進委員研究協議会に参加した時の様子(松山市)

平成28年度のスポーツ推進 年間行事カレンダー完成!!

スポーツ推進委員(以下スポ推)の活動もいよいよ新年度を迎えました。

さて、今回初めて「スポ推年間スケジュール」を作成しました。これまでもスポ推全体の中ではスケジュールを作っていました。二人でも多くの人たちに我々の活動を知ってもらいたい」という思いから一般向けの年間スケジュールを作成するに至りました。各「ミセン」、体育施設などに掲示してあるのでチェックしてみてください。

では、活動内容を一つずつ紹介していきます!

出前講座
依頼のあった各団体のところへスポ推が出向き、誰でも楽しめるニュースポーツやストレッチ等の指導を行います。現在、スローイング

ビンゴやスマイルボーリング等10種類以上のメニューを取り揃えています。中には東近江市発祥の「ネットポニョイ」や幻の「ラジオ体操第3」等ここでしか体験できないような内容もありますので、是非一度体験してみてください。

ニュースポーツ大会
毎年、6月にはデイスコン大会、2月にはネットでポニョイ大会を開催しています。

毎年、初参加のチームにも多数ご参加いただき、「また来年も参加したい」、「思わず夢中になってしまいました!!」との感想をいただいています。

また、試合前にはスポ推によるデモンストレーションも行いますので、経験の有無に関係なく誰もが楽しめる好評です。

さらに!!今年度には初の試み「ファミリーウォーク」を開催します。運動も楽しんでなんぼ!「いつもの」に+αの味付けを加え、「誰かの運動を始めるきっかけづくりをしたい!」そんな想いから生まれました。

時期等は未定ですが、ファミリーで楽しく過ごせる内容をふんだんに盛り込んで開催します。詳細が決まり次第発表しますので、乞うご期待ください。

スポーツを楽しみ、健康と笑いの輪を広げよう!

東近江市スポーツ推進委員の活動をご紹介します!

出前講座 昨年度 58件



10種類以上のニュースポーツやストレッチ、東近江市発祥のラジオ体操第三など豊富なメニューを取り揃えています。

ニュースポーツ大会



一投入魂!! デイスコン大会

各ウォーキング



正しいフォームで楽しく歩いて健康づくり! わたしたちと一緒に歩きましょう!

新事業も続々...

- ✓ファミリー健康体力向上事業
- ✓ファミリーウォーク
- ✓幼児の体力向上

平成28年度行事カレンダー

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
広報紙「かわら版第21号」の発行	5日(祝) 布引ふれあいday	26日(日) 第10回デイスコン大会	17日(日) ドラゴンカヌー大会		11日(日) 広報紙「かわら版第22号」の発行 19日(日) 永源寺ウォーク	奥永源寺地域体力測定会	27日(日) ファミリー健康体力測定 13日(日) 石塔ウォーク (平田地区)	4日(日) 東近江市市民駅伝	1日(元日) 元旦健康マラソン	26日(日) 第4回ネットでポニョイ大会	

各お申込み/お問合わせ先
東近江市スポーツ推進委員協議会事務局(東近江市教育委員会スポーツ課内)
TEL 0748-24-5674 IP 050-5801-5674
FAX 0748-24-1375 mail sports@city.higashiomi.shiga.jp
ブログURL http://higashiomitaihi.shiga-saku.net/ ※QRコードはコチラ



各地区のスポーツ活動を紹介します。

中野地区

ソフトボール、野球、バレーボール等各種競技で市体予選を行い、地区の皆さんにスポーツを楽しんでもらっています。参加チームは、いぶん減りましたが、町民が一致団結し、良い笑顔で親睦を深められています。

私たちは、地区のスポーツ振興に役立ちたいとの思いから、子ども会や老人会等が開催するドッジビーやディスコン、カローリング大会などのお手伝いをしています。

今後も幼児から高齢者まで誰もがスポーツを楽しめる輪を広げていけるよう頑張っていきたいと思っています。また、健康講座も毎年布引体育館で開催していますので、是非ご参加ください。



この緊張の一瞬がたまりません。(ディスコン)

愛東地区

年間2回開催のディスコン大会は、今年で17回目を迎え、市大会や県大会での優勝チームも出場します。ナイターグラウンドゴルフでは、バザーやビンゴゲーム等楽しい企画も実施しています。

スキー&スノーポーターは、小学生がレベル別に指導を受けます。

今後の事業予定

- ◇ 4月ー八風の湯ソルトレックウォーク
- ◇ 4月ー10月ーディスコン大会
- ◇ 5月ー8月ーグラウンドゴルフ大会
- ◇ 6月ー11月ーフットサル大会
- ◇ 6月ー11月ービーチボール大会
- ◇ 7月ーボウリング大会
- ◇ 9月ー卓球大会
- ◇ H29 2月ースキー&スノーポーター



あいとうスポーツクラブとの共催事業



スキー&スノーポーター

御園地区

市体予選の地区大会をはじめ、様々なスポーツ大会を開催しています。特に、「24時間ふれあいソフトボール大会」は累計30回を超える開催実績があります。

そして、なんといっても地区の自慢は「女性スポーツリーダー」の存在です。①ニュースポーツ普及講習会②グラウンドゴルフ大会③24時間ソフトボール大会④楽しく歩こう会を4本柱に女性のパワー全開で活動しています。毎回、多数の参加があり、来て良かった、「楽しかった。またやってね」と大好評です。参加者の「次も行きたい」に繋げるため、声掛けとサポートを大切に、これからも地域の皆さんの健康づくりのお手伝いができるように頑張ります。



楽しく歩こう会



カローリングの様子

第3回 ネットでポンポイ大会

2月21日(日) 布引運動公園体育館で「第3回ネットでポンポイ大会」を開催しました。総勢18チームが参加し、熱戦が繰り広げられ、「R&Kチーム(五個荘)」が見事優勝、「オカダーズ(五個荘)」が準優勝という結果でした。

本大会は、東近江市スポーツ推進委員協議会が開催する「ニュースポーツ」二大会(「ディスコン大会、ネットでポンポイ大会」)の一つで、毎年開催しており、今回で三度目の開催です。

また、ネットでポンポイは、東近江市スポーツ推進委員協議会が考案したニュースポーツで、二本の棒の間にネットが張られた専用ネットを両手に持ち、バレーボールの要領でチーム対戦をします。誰でも簡単に始めることができ、ニュースポーツの中でも運動量が多く、特に冬場は身体が温まるという好評です。



優勝 R&K

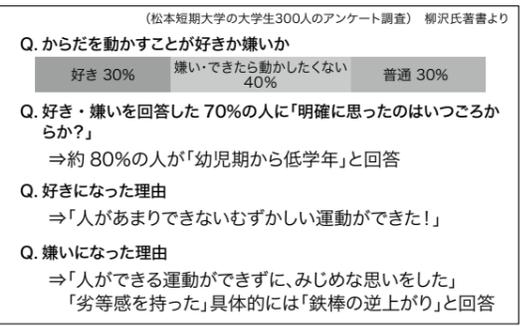
準優勝 オカダーズ

目指せ!運動嫌いのゼロ

～幼児期の運動遊びについて考えよう～

運動嫌いの始まり

ある大学でのアンケート調査があります。運動の好き・嫌いを回答した学生の7割に「明確に思ったのはいつから?」という質問をしたところ、約8割の学生が幼少期～小学校低学年と答えたとです。このようなことから分かるように、運動の好き・嫌いは幼児期～小学校低学年の頃に決まってしまうのです。



「できた!」の喜びが「好き!」になる
私たちは人から褒められたり、新しいことができるようになると「嬉しい」と感じます。やがて、その経験は「好き」に繋がります。実は、この感情は幸せホルモン「セロトニン」が引き出してくれています。そして、このセロトニンは幼児期～小学校低学年の時期に作られます。つまり、幼児期の運動でたくさん褒められたり、「できた!」という喜びや達成感をたくさん味わうことができれば、運動が「好き」に繋がるということが言えるのです。

運動の入口を広げよう(運動遊びをしよう)

たとえば、遊び場の木にロープがぶら下がっていたら、子どもたちは思わずぶら下がってみたいと思います。これも立派な運動です。このような子どもの好奇心をかき立て、楽しみながらできることを運動の入口に、徐々にステップアップしていくことが運動嫌いをつくりださない近道と言えるでしょう。遊びに運動を取り入れることを「運動遊び」と呼んでいます。運動遊びは何も特別な遊具が必要というわけではなく、おにごっこだって、投げりだって運動遊びです。大切なのは運動遊びを発展させることができる環境やきっかけがどれだけあるかということです。私たちスポーツ推進委員も、幼児の体力測定に協力したり、運動遊びの研修会を開催したりと、少しずつではありますが、取り組み始めています。今後、さらなる内容の充実をはかり、運動嫌いをゼロの実現にむけてがんばっていきたいと思います。



研修三日目会場「ウイング体育館」前にて

二日目の事例発表では、6地区による発表が行われ、それぞれの地域の特徴を生かし、創意工夫して活動されていて感心させられました。午後の実技研修では、11種類のニュースポーツを見学、体験し、我々の出前講座にも使えるスポーツやゲームを習得でき、大変有意義な二日間でした。

編集後記

今年ハリオデジャネイロ五輪も開催され、世界がスポーツで大いに賑います。これを機にスポーツで一歩踏み出しませんか。わたしたちがお手伝いします。



インフォメーション
問い合わせ及び申込先は、
東近江市教育委員会スポーツ課
☎ 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出向きます。

- 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。
- 職場の仲間と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。