

スポ進 NEWS LETTER

第49回 稲城市民体育大会総合開会式

Vol.21

稲城市スポーツ推進委員協議会

巻頭記事	会長巻頭言	・・・ 1
Event Report	5月17日(水)シルバーハイキング ～玉川上水～新緑の中を歩く	・・・ 1
Event Report	7月9日(日)いなぎあるくマップウォーキング コース2(大丸・向陽台編)	・・・ 2
Event Report	8月27日(日)第42回市民水泳大会	・・・ 3
Seminar Report	9月16日(土) 平成29年度 東京都スポーツ推進委員 研修会 広域地区別研修会 -第6ブロック-	・・・ 4
Event Schedule 今後の予定	平成29年10月以降のイベントのご案内	・・・ 5
Information	オリンピック・パラリンピックと関連付けて学ぶ 『する・観る・支える』をお手伝いします！	・・・ 6
Information	あなたの町のスポーツ推進委員を紹介します！	・・・ 7

スポ進
Info

編集・発行

稲城市スポーツ推進委員協議会 広報部会

お問い合わせ先

稲城市スポーツ推進委員協議会事務局
(稲城市教育委員会体育課)

発行日

平成29年10月15日

東京都稲城市東長沼2111番地
TEL: 042-378-2111 (内線642・643)



スポーツの秋に向けて

今年の夏は、長雨で体を動かす機会が少なかったと思いますが、皆様は如何過ごされましたか。

一気に涼しくなり、スポーツの秋に突入しましたが、どの様に体を動かしていますか。稲城市スポーツ推進委員協議会では、各スポーツ団体や各地区体育振興会と協力して、様々なスポーツ大会や競技体験を皆様に提供しております。

Iのまちいなぎ市民祭でのファミリースポーツフェスタでは、生憎の悪天候でしたが、スポーツ吹き矢の体験会、及び、東京都主催によりパラリンピック競技種目であるアーチェリーの体験会を開催しました。

11月に入っても、市民体育大会レクリエーション競技グラウンドゴルフ大会や障害者の運動会あおぞらスポーツも開催します。また、各地区体育振興会では、運動会やハイキング等様々なイベントも開催していますので、是非ご家族皆さんで参加してみてください。

稲城市スポーツ推進委員協議会 会長 渋谷 裕幸

5月17日(水)

シルバーハイキング ～玉川上水～新緑の中を歩く

エゴの木の花満開

今年度最初のシルバーハイキングは昨秋と同じ「玉川上水」のコースを歩きました。参加者36名、引率のスタッフ9名の総勢45名、天候曇り、少し寒さのある朝でした。

多摩モノレール玉川上水駅下車、全員で体操をし、コース全体の説明を行い歩き始めました。暑すぎず風もなく、遊歩道の道もやわらかく、脚第膝にやさしいコースで、参加者には好評でした。上水小橋を通り、お散歩の行きかう人とあいさつの声をかけながら、最初の休憩場所である都立薬用植物園に到着。園内の植物も秋と違い季節の花（しゃくやく、シラン、ケシなど）が咲いていました。ケシの花が咲くなかで薬用ケシの作業も見学できました。次のポイントは古民家の敷地の大けやき。樹齢200年の大ケヤキをスマートフォンに取る人もいました。

小平市の中央公園で昼食をとり、休憩しました。午後、下水道館に向かい見学の後、武蔵野線新小平駅まで約2.5kmの道のりを歩きました。

全体としては歩数約15,000歩、8km強であろうかと思います。参加者の声として、「自然が多く若葉・新緑を見ながら楽しかった。」「平坦で土の遊歩道は歩きやすかった。」などの感想が多くありました。参加者の中には「次回はどこに行くのですか?」と、早くも次の参加までも楽しみにされている方もいました。楽しく気持ちの良い1日でした。今年の秋はあなたも参加しませんか? (島崎)

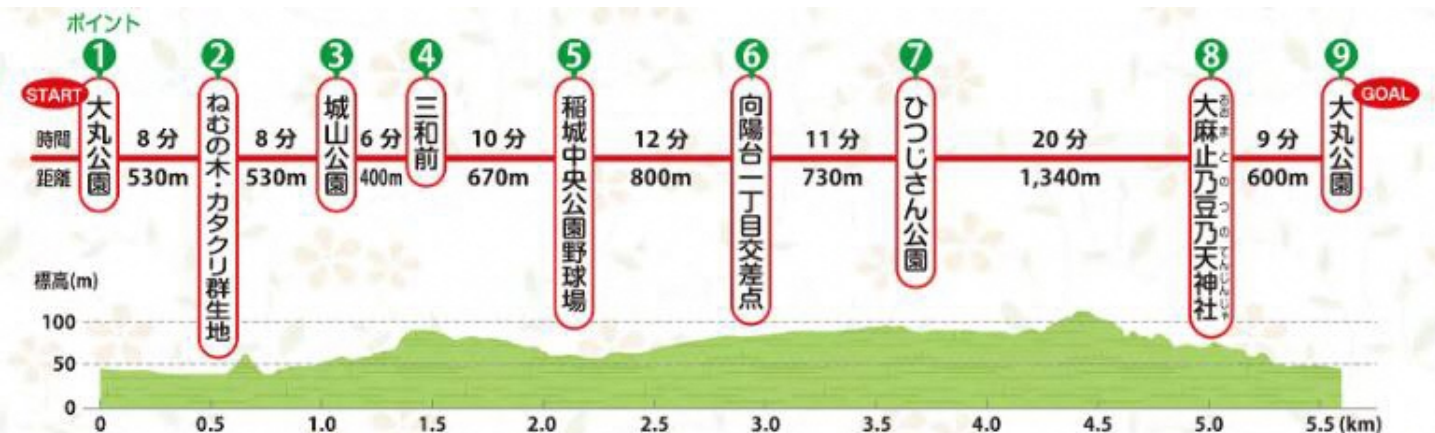




7月9日(日)

いなぎあるくマップウォーキング コース2(大丸・向陽台編)

7月9日(日)あるくマップウォーキングが行われました。今回のコースは、大丸・向陽台コース。晴天の中、初めての参加される方も迎え、出発点の大丸公園で準備体操。今回は、ポールウォーキングを交えてのウォーキング。始めてやるポールウォーキング、教えて頂きながらだったのですが、右手、右足が一緒になってしまい苦戦(笑)何とか形になった所でいよいよスタート。大丸公園の自然の中を歩き城山公園に。ネムの木など、いろいろな植物を見ながら登りきった所にそびえ立つファインタワー、初めて登ったのですが、絶景！都内を一望する事が出来ます。この日は少しモヤがかかっていたのですが、運が良ければスカイツリーも望めるかも…(ファインタワーは5月～10月の日曜日、祝日の12時～16時30分まで一般開放を行っています) 向陽台に入り、ここからは本格的にポールウォーキング、参加者の皆さんもとても上手になりスピードアップ。住宅街を抜けて、城山へ、大麻止乃豆乃天神社まで来た頃には気温が30度近かったのですが、大丸用水の流れに涼を感じながらゴールの大丸公園に。皆さん気持ちの良い汗を流していました。普段、車で通る所も、歩いて通ると、又違った発見が出来て、楽しみながらウォーキングする事が出来ました。皆さんも是非参加してみてください。(榎本)



8月27日(日)

第42回市民水泳大会

抜ける様な青空、キラキラ光るプール。
夏の最後のイベントを飾るのに相応しい
お天気に恵まれた中、第42回市民水泳大
会が稲城市民プールで開催されました。
本年も元気な106名（延べ244名）が参加。

毎年出場して頂いている水泳クラブの仲
良し同級生女子4人組。中2になってびっ
くりする程泳ぎが速くなりました。

中学生女子個人メドレー100mでは新記録が出ました。チームとしてもフリーリレー、メド
レーリレーでそれぞれ新記録を達成しました。ビート板レースでは小さな子が時間がかかって
も一生懸命泳ぎ切り、会場から自然に拍手が沸き起こりました。

毎年争っている若葉ファインチームと城山熱血オヤジチーム。今年はファインチームが城山
の猛追から辛くも逃げきって優勝。自由形リレーでは一般市民に交じって、市役所職員チーム、
スポーツ推進委員チームも参加。市民も行政も垣根を越えて稲城市の一体感がありました。
その他小学生3・4年自由形、親子リレーでも新記録が生まれました。

稲城市からオリンピック選手が出るか？

来年もまたみんなで参加し、元気に盛り上がりましょう。（宮内）



9月16日(土)

平成29年度 東京都スポーツ推進委員研修会 広域地区別研修会 -第6ブロック-

地域におけるスポーツ推進委員活動に関する諸問題の解決と方策を探る。また、スポーツ推進委員の資質の向上を図るとともに、広域的な連帯強調を図り、スポーツ振興のあり方を考える。という主旨のもと町田、多摩、日野、八王子、稲城の各市の委員、行政職員、約120名が町田市立総合体育館で研修会が開催されました。



内容は実技、講演会、情報交換会の3部構成。まず実技は、町田市スポーツ推進委員が行っている、〈スポーツdeチャレンジ〉～底辺からの脱却 親子で目指そう体力向上～を体験しました。ソフトバレー、ボッチャ、ラダーゲッター、トランポリン、ストラックアウト等です。一緒にスポーツをすることによって会話が弾むのが解る体験でした。それが親子で体力向上につながれば、なお良いなと思いました。それと体を動かすのはうまくできても、できなくても、楽しいのだなあ、と思いました。

次は講演会。〈第2期スポーツ基本計画からみえるスポーツ社会を考える〉というテーマで玉川大学 川崎登志喜 教授の講演。日本とアメリカ、イギリス、ドイツ、等のスポーツに対する違い等、難しいテーマですが、解りやすく話して頂きました。まとめのところで、計画にいろいろな成果目標値があり、国が責任をもって取り組むとともに、「東京オリンピック・パラリンピック」という起爆剤をいかすことができるのか?とあり、スポーツ推進委員としても起爆剤が無くても目標値に向けて取り組まなくてはならないと思いました。

情報交換会では、実技でのスポーツ体験の話から初めて話す人とも、楽しい会話が弾みました。スポーツで体を動かすことが、体力の向上だけではなく人と人との関係を深める。という事を改めて思いました。(木村)



今後の予定

平成29年10月～平成30年3月に企画されている行事のご案内

10月

10.09

体育の日スポーツフェア

総合体育館メインアリーナで体力測定、ボッチャの体験コーナーを行いました。

10.21

iのまちいなぎ市民祭 ファミリースポーツフェスタ

総合グラウンドで、色々なニュースポーツの体験コーナーを行います。

10.29

第5回稲城市・多摩区ふれあい「あるくマップ」ウォーキング

あるくマップウォーキングを通して稲城市と川崎市多摩区との交流を深めます。宿河原駅～生田緑地

11月

11.03

第49回稲城市民体育大会レクリエーション競技 グラウンドゴルフ大会

稲城長峰ヴェルディフィールドで、恒例のグラウンドゴルフ大会を開催します。

11.04

平成29年度 あおぞらスポーツ

総合体育館メインアリーナで、障害のある方とない方が交流する、楽しい運動会を行います。

11.15

平成29年度シルバーハイキング(秋季)

秋の多摩湖周辺を歩く、健脚向けのコース。自然に親しみながら、体力づくり・健康づくりのハイキングを行います。



1月

01.28

第27回市民ロードレース大会

総合グラウンドで、毎年恒例の市民ロードレース大会を開催します。



オリンピック・パラリンピックと関連付けて学ぶ 『する・観る・支える』をお手伝いします！

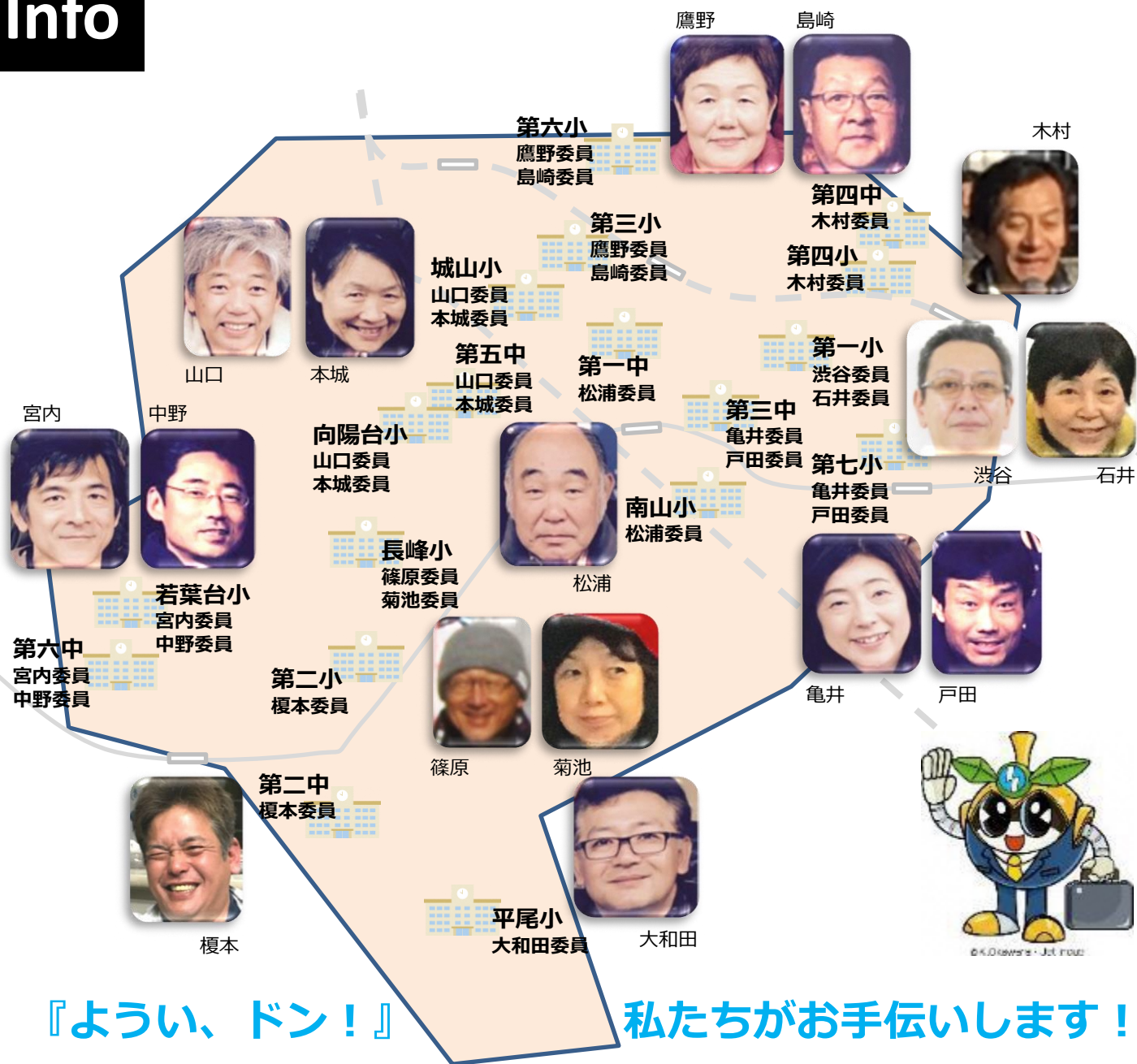
■具体的なお手伝い内容

- ① 出前スポーツ教室 オリンピック競技、パラリンピック競技への理解を深める
 - ※ボッチャ (リオ大会 日本銀メダル競技、障害者との交流に)
 - ※シッティングバレー
 - ※ゴールボール
 - ラグビー (ラグビーワールドカップ2019日本大会に向けて)
 - かけっこ教室 100m世界記録の時間でどこまで走れるか、その凄さを実感
マラソンの世界記録、100mを走るのにおよそ何秒？を体験
 - ターゲットバードゴルフ (ニュースポーツ普及、高齢者との交流も可能)
 - グラウンドゴルフ (高齢者との交流も可能)
 - ドッチビー (ニュースポーツ普及)
 - ティーボール 他
 - ※障害者スポーツをやってみて、共生社会の一員であることを感じる
経験や体力の二極化対策、得意不得意かわりのないみんなで楽しめるスポーツ
- ② 各地区体育振興会の地域活動に繋ぎ、運営に子供たちがボランティア参加することで、共生社会体験とボランティアマインドを育成する。例) 運動会等で役割を決めて大会を運営してみる。自分たちでルールを決めて体験を通してフェアプレー精神を学ぶなど
 - 各種運営イベントの照会
 - 振興会合同スーパードッジボール大会へのボランティア参加 (中学生向)
 - その他、校内環境：地区体育振興会とスポーツ推進委員でお手伝い
「オリンピック・パラリンピック掲示板」 いつでも見られる環境づくり
- ③ 障害者支援施設との交流に繋げる
 - 例) 「障害者スポーツ大会でボランティア」
感謝、褒められることで成長 (社会福祉協議会共催 あおぞらスポーツの運営)
- ④ スポーツ推進委員協議会の事業(下記は昨年度実績)でボランティア

あるくマップウォーキング 水泳大会 スポーツフェア ファミリースポーツフェスタ あおぞらスポーツ ともだちクラブ シルバーハイキング 市民ロードレース大会 グラウンドゴルフ大会	参加する事で高齢者と交流できます 体力測定、ボッチャ体験 ボッチャ、グラウンドゴルフ 障害者運動会 障害者と交流できます 参加する事で高齢者と交流できます ぽんぽこマラソンサポート 審判補助
--	--



あなたの町のスポーツ推進委員を紹介します！



地区別スポーツ推進委員

大丸	鷹野洋子	島崎雅明
押立	木村和夫	
向陽台	山口敦人	本城美智子
坂浜	榎本清隆	
長峰	篠原俊輔	菊池佳津子
東長沼	渋谷裕幸	石井初枝
平尾	大和田実	
百村	松浦輝男	亀井久美子
矢野口	戸田健二	中野雅裕
若葉台	宮内洋一	

地区体育振興会

大丸地区体育振興会	会長 鷹野敏夫
押立地区体育振興会	会長 高橋三吉
向陽台地区体育振興会	会長 山中文夫
坂浜地区体育振興会	会長 伊藤孝司
長峰地区体育振興会	会長 篠原俊輔
東長沼地区体育振興会	会長 津田淳
平尾地区体育振興会	会長 北島至
百村地区体育振興会	会長 福島栄治
矢野口地区体育振興会	会長 戸田健二
若葉台地区体育振興会	会長 下田治幸