

いい汗！ 快汗！ ふれあいと健康

# HAPPY スポーツ

～第5回記念加古川市民スポーツカーニバル～

## 11月2日（木） 総合開会式

加古川市民スポーツカーニバルが記念すべき第5回ということもあり、11月2日（木）11月3日（祝）11月4日（土）3日間にわたり盛大に行われました。

2日の総合開会式には、スポーツ庁長官である鈴木大地様に講演していただき、又シンポジウムでは加古川観光大使の陣内智則様、加古川市体育協会副会長の石坂様にコーディネーターを務めていただき、オリンピック経験者の乾絵美様、小林祐梨子様、黒木茜様に経験された貴重なお話を楽しく聞かせていただきました。スポ

ーツをされたきっかけは様々で、本人の努力はもちろんのこと、環境やたくさんの方々との出会いの中で心・技・体が鍛えられ成長できたこと、スポーツの楽しさや次世代に伝えていかなければいけないことなども聞くことができました。

スポーツの大切さ、人と人との繋がり、そしてなによりも健康であることの重要性を再確認しました。これからも微力ではありますが地域スポーツのコーディネーターとして精進していきたいと思います。

戎木 定子 委員



## 11月3日（祝）SOMPO ボールゲームフェスタ

午前中は親子で大きさや形の異なるボールを使い「あそび」を通して運動の基礎を作るプログラム「ボールであそぼう！」に59組130名が参加。午後からはサッカー、バレーボール、ラグビーフットボール、バスケットボールの4種目のボールゲームをローテーションで体験するプログラム「キッズチャレンジ」に157名が参加されました。当日はアテネオリンピックに出場されたバレーボールの大山加奈さんがアンバサダーとして参加され、午前・午後共に子ども達と一緒に楽しみながら体験が行われました。

藤村 由賀里 委員



## 11月4日（土） スポーツ企画

\*ニュースポーツを実施して\*

ラダーゲッター・フライングディスク・アジャタの3種目を実施しました。子どもから高齢者までの幅広い世代の皆さんが参加され、気軽に楽しむ姿が印象に残りました。参加者からは、ニュースポーツの存在をよく知らないという声を聞いたので、今後はたくさんのニュースポーツの紹介をするとともに、楽しみ・気晴らし・コミュニケーションを重視したニュースポーツを体験できる機会を作りたいと思いました。

水野 沙紀 委員

\*シットイングバレーボールを体験して\*

当日、全日本女子チームをお招きし、地域のママさんバレーの方々と一緒に練習やゲームを楽しみました。座位でプレーするため、はじめは「お尻が痛い」「体が動かない」など戸惑いましたが、互いに声をかけ合い手を使って素早く移動することでレシーブやアタックもできると体感しました。上半身主体の動きだけでもその汗の量に驚き、充実感を得ることができました。国内大会では健常者と共にプレーできるユニバーサルなスポーツとしてさらに地域でも広がってほしいと思います。

藤原 恵子 委員

# 「全国スポーツ推進委員功労者表彰を受賞して」

『ファンスポーツ!』～すべての人にスポーツの楽しさを～」を大会テーマに、平成29年11月9日・10日の2日間、茨城県つくば市において第58回全国スポーツ推進委員研究協議会茨城大会が開催されました。その席でスポーツ推進委員功労者表彰を頂きました。この受賞に際し、諸先輩方からの多くのご指導と仲間の温かい支えに改めて感謝申し上げます次第です。本当にありがとうございました。体育指導員そしてスポーツ推進委員として加古川市のスポーツ活動に関わり25年が経ちます。この受賞をより一層の励みとして地域スポーツを盛り上げていきたいと思っております。スポーツの良さをひとりでも多くの人に感じてもらえるよう、私自身が大好きなスポーツをこれからも続けていこうと思っております。



松野 一代 副会長

# 「兵庫県スポーツ推進委員功労者表彰を受賞して」

この度、兵庫県功労者表彰を頂きありがとうございました。平成18年4月から加古川市スポーツ推進委員会のメンバーとなり、はや10年超になります。まわりのたくさんのメンバーに支えられ助けられ、楽しい活動をさせて頂いたことに心より感謝いたしております。スポーツの世界もいろいろな変革を求められる時代ですが、「HAPPY スポーツ」の気持ちで今後も頑張りたいと思っております。

大西 光 会長

これまでにスポーツ推進委員の皆様から多くの活力や知識をいただいたこと、また、事務局の皆様が活動しやすい環境を準備して下さったことに感謝と御礼を申し上げます。この度の表彰を受け、加古川市スポーツ推進委員であることの誇りや責任、また、皆様と出会えたことへの喜びを改めて感じる事ができました。今後も、市民とスポーツの関係がより密接となり、スポーツを通して健康や感動を得ることに貢献できるよう精進いたします。

伊藤 哲也 委員



この度は、功労者表彰をいただき、ありがとうございました。こんにちまで続けることができたのも、諸先輩方や推進委員の方々のおかげです。感謝申し上げます。皆さんが笑顔で過ごすことができるように、スポーツの楽しさを多くの方々に伝えていきたいと思っております。

花房 智子 委員

天野 順二の

# No Limit ~ 限りなき挑戦 ~



エピソード「斑尾トレイル、親子疾走記」



10月1日、澄み渡る秋空の下、長野県と新潟県の県境に位置する斑尾高原にて開催された「斑尾高原トレイルランニングレース」に参加しました。例年、50kmのコースに1人参戦していますが、今年は部活動生活を終え、猛勉強中(?)の中学3年生の息子と一緒に、ビギナースクラス16kmにチーム名「陵南中3年5組」でエントリーしました。野球部で走りこんできた脚力を活かし、スタート直後は大人顔負けの走りで、前方集団で足を運びます。“斑尾イエロー”と呼ばれる紅葉したブナの原生林の中、森の匂い、土の柔らかさ、景観の素晴らしさに躍動し、エイドステーションでは地元産の美味しいリンゴやナシを賞味しながら、ボランティアスタッフからの声援を力に、五感を使ってレースを満喫♪

後半、大人の選手も歩いてしまうほどの長い登り坂を走りきると、ゴール前の急な下り坂では、前方に走る選手をごぼう抜き！勢い付きすぎて、筆者も抜き去り、ゴールへ猪突猛進！？‘肩を組んで一緒にゴールする’という父の夢を置き去りに、8秒早くゴールテープを駆け抜けていきました！（笑）

チーム「陵南中3年5組」の成績は、1時間43分で21位と22位の好成績！！「苦しかったけど、ゴールしたらあっという間だった」と本人談。同じ気持ちで、次は高校受験のゴール目指して突き進め！！



天野 順二 委員



## 小野ハーフマラソンに初参加！



40歳を過ぎて、体力・健康維持を目的に、そしてフルマラソンにチャレンジするために始めたランニングスポーツ。「フルマラソンこそマラソンである」と勝手な思い込みの中、神戸・大阪・姫路のマラソンを疾走してきました。今年は、先輩に誘われ、12月4日に開催された小野ハーフマラソンに初エントリー。「マラソンの半分、楽勝だ！」と気軽な気持ちで参加したのですが…愚かでした。

出場選手のペースの速さなど、フルとは異なるタイムレース。コースも平坦や起伏など、とても刺激的なロードで、ハードでしたがエンジョイできました。

タイムは…1時間54分！目標2時間をみごと達成！今回感じたのは、フルもハーフも、それぞれの競技にそれぞれの魅力があるということを知りました。これからも楽しむ気持ちを忘れずに、スポーツへの参加を心がけたいと思えた一日でした。

大辻 嘉衛 委員

## HAPPY スポーツとは・・・

スポーツ推進委員が合言葉として掲げているスローガンです。  
生涯スポーツ推進のため、様々な場所で市民のみなさんのスポーツ活動を支援しています！



【報告】

## スポーツライフセミナー

2018年（平成30年）、平昌冬季オリンピック及び冬季パラリンピックがいよいよ始まります。オリンピック・パラリンピックはスポーツの祭典です。4年間、ひたむきに努力を重ねてきた選手たちがプレーする姿は、見ている人にも勇気と感動を与えてくれます。

さて、大人になると定期的に「スポーツをする」という機会が減るため、今年度も加古川市スポーツ推進委員会では「スポーツをする」きっかけづくりの場として『スポーツライフセミナー』を実施しました。

今年度は、小学校コースを昨年より1日増やした4日間と、初心者コース6回で実施し、全体で187名の方に参加いただきました。その中には毎年参加される方も増えてきています。今後も多くの方にスポーツを親しんでもらえるようにプログラムを工夫して開催していきたいと思えます。

普及部会



## パラスポーツを体験して

平成29年11月、しあわせの村で『障がい者スポーツ（パラスポーツ）』が開催され、全競技では17種目あり、スタッフとして初めて参加しました。また、スタッフも交代で競技を体験してよいとのことだったので、私もいろいろ体験させてもらいました。

障がい者スポーツとありますが、どの競技も障がいの有無に関係なく、また子どもから高齢者まで一緒に楽しめるユニバーサルスポーツです。このイベントを通じてスポーツは誰でも生涯楽しむ事ができるんだと改めて思いました。写真の缶バッジは、私が体験した競技の参加賞です。なかなか難しい競技もありましたがとても楽しい体験でした。次回、機会があれば今回体験できなかった競技にチャレンジしてみたいです。

波々伯部 早由利 委員



## 綱引きシーズン 到来！



平成30年2月25日（日）第30回記念加古川カップ綱引大会が、加古川市総合体育館にて開催されます。

綱引きの面白いところは、身体が大きくな人が集まっても、力を合わせないとなかなか勝つことができないということです。いかに8人全員の力を合わせて、綱を一直線に引っ張るかがポイントになります。

当日は、小学生、一般、男女混合、企業対抗など様々な部門に分かれて、熱戦がくり広げられることと思います。恒例の「加古川の綱引き」を、ぜひご覧いただきたいと思えます。

平川 徳知 委員