

いい汗！ 快汗！ ふれあいと健康

HAPPY スポーツ

第12回

加古川 スポーツカーニバル

令和6年11月3日(日・祝)に加古川市立総合体育館にて開催され、約2,000人の方が参加されました。我々スポーツ推進委員は、午前は『親子ふれあい体操』を、午後は『体力測定』を行いました。

親子 ふれあい体操

『親子ふれあい体操』では、親子のスキンシップを大切に、様々な運動を紹介しました。「スポンジボールを使った遊び」では1人や2人でできる簡単なボール遊びを紹介し、「ダンシング玉入れ」では楽しく踊って

から玉入れを行う競技を行いました。どの場面でも、親子が笑顔で活動している様子が印象的で、私たちも楽しく指導ができました。『親子ふれあい体操』の指導をきっかけに、市民の皆様にも、より“HAPPY スポーツ”の精神を広げていきたいと感じることができました。

水野沙紀 委員



体力測定

『体力測定』では、立ち幅跳び・20mシャトルラン・長座体前屈・握力・上体起こし・反復横跳び・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行に6歳～82歳の168人の方が参加されました。

立ち幅跳びでは親子同士で記録を競い合う方、また本気で距離を伸ばそうと挑戦する方など、様々な参加者が笑顔で真剣に跳ばれていて、体を動かすことの楽しさが伝わってきました。立ち幅跳びは瞬発力を測るのに適していますが、着地時にこけるなどして尻もちをつく参加者もおられて、無理をして怪我をしないか少しドキドキしながら見守っていました(笑)。普段から運動をして筋肉を使い、体を動かすことが大事であると私自身も再認識させていただきながら、来年も挑戦される参加者の方については、元気な姿で今年よりも1cmでもより遠くに跳んで欲しいなと願っております。

岩本大作 委員



かこパラスポーツ王国

令和6年6月29日(土)に加古川市立総合体育館で開催され、322人が様々なパラスポーツで盛り上がりました！！

私が担当したモルックは、フィンランド生まれのニュースポーツで、「モルック」という木の棒を投げて「スキttl」という点数が書かれた木のピンを倒して得点を競います。ほとんどの方が初めてでしたが、障がいがあってもなくても子どもでも大人でも誰もが楽しめ、また点数の計算が独特なため負けていてもいきなり逆転できるので、もう一回やりたいと足を運んでくださる方も多く、好評をいただきました。「こっちが良いよ」、

「アレ狙うわ」などお互いに協力し合ってプレーされていたり、ミラクルショットが出ると手を叩いて喜んだりと終始盛り上がっていて、スタッフの私も一緒に楽しい時間を過ごすことができました。

籠谷菜津子 委員

☆☆実施種目☆☆

- *モルック
- *ボッチャ
- *車いすバスケ
- *風船バレー
- *キンボール
- *卓球バレー
- *SSピンポン
- *フライングディスク



第2回加古川市ボッチャ交流大会

令和6年9月28日(土)に117いいなスポーツアリーナで開催され、31チーム123人が参加されました。

前回、私はプレイヤーとして参加し、初めてボッチャを体験しました。ルールはシンプルで目標となる白球(ジャックボール)

に赤ボール・青ボールを6球投げ合い、どれだけ近づけられたかを競う競技で、一投一投に繰り広げられる心理戦にすっかりボッチャの虜になりました。

優勝

チームスター

準優勝

むらたけデラックス

第3位

TS チーム



今回は審判として参加しましたが、年齢、性別、

障がいのあるなしにかかわらず参加者の皆様が一喜一憂し、試合後にはお互いを称えあう姿が印象的でした。

次回もボッチャを通して参加者の皆様が笑顔になれる大会を目指します。

松本勝稀 委員



第35回 加古川マラソン大会

令和6年12月15日(日)に加古川河川敷コースで開催された本大会において、『3km中学生の部』での優勝選手を紹介します！！

3km中学女子の部

ふくだ もあ

福田 桃愛選手

(加古川市立神吉中学校3年生)

記録 10分38秒

【コメント】

目標の10分切りが出来なくて悔しかったです！



3km中学男子の部

おおた たいせい

太田 泰聖選手

(加古川市立神吉中学校3年生)

記録 9分9秒

【コメント】

後輩と争っていたけど勝てて良かったです！

両選手とも、駅伝強豪校への進学を目指しているようで、今後の活躍が楽しみです！

★スポーツ推進委員功労者表彰



兵庫県スポーツ推進委員功労者表彰

令和6年10月19日(土)に兵庫県スポーツ推進委員会より功労者として表彰していただきました。このような過分な賞を頂いて恐縮しています。

スポーツ推進委員としてまだ何も賞に値するようなことはできていませんが、13年間同じ目的を持つ委員の皆さんと一緒に少しでもたくさんの方にスポーツの楽しさを知っていただけるように活動してきました。今後も地域スポーツやパラスポーツの普及振興に頑張っていきたいと思いますのでこれからもどうぞよろしくお願いいたします。

波々伯部早由利 委員



東・北播磨地区スポーツ推進委員 功労者表彰

←写真左より

高松里衣 委員

諫山純子 委員

岡本麻衣 委員



KAKOGAWA キラビト

ディーン 元気選手(ミズノ所属)



加古川市在住で、パリ2024オリンピックに出場されたやり投の選手。

～ディーン選手にインタビュー～

Q.競技を始めたきっかけを教えてください。

A. 兄の影響で中学から陸上競技を始めました。中学時代は砲丸投と円盤投をし、高校からやり投をしています。

Q.やり投の魅力を教えてください。

A.最大の魅力は飛距離だと思います。きれいな放物線を描きながらやりが飛んでいくところは見応えがありますし、選手にとっては、日頃の鍛錬の成果を発揮できたという達成感につながっていきます。

Q.加古川市に引っ越してきた理由を教えてください。

A.加古川運動公園陸上競技場といった、やり投に適した環境があり、また、投てき競技についての理解もあり、練習がしやすいといったこともあり、2021年に加古川市に引っ越してきました。

Q.パリオリンピックに出場された感想を教えてください。

A.そこに向かうまでの過程を楽しめた大会となりました。大会結果については、悔しさもありましたが、見る方にとって励みになるようなパフォーマンスが出せました。本番で自分自身の最大の力を発揮でき、大会を楽しむことができました。

Q.今後の目標を教えてください。

A.日本で開催される世界陸上で結果を出していきたいと考えています。また、2028年のロサンゼルスオリンピックへの出場を掲げ、目の前の一つ一つの大会に集中して取り組んでいきたいです。

Q.加古川市でスポーツを頑張る子どもたちへ一言お願いします。

A.ジュニア期は、体がスポンジのように色々なことを吸収することができ、動作学習を行うのに最適な時期です。興味や関心があることなど様々なことに全力でチャレンジして、スポーツを楽しみながら過ごしてほしいです。



第37回加古川カップ綱引大会

以下のとおり綱引大会を開催します。

ご興味のある方は、ぜひ観戦にお越しください！

日 時：令和7年2月23日(日)10時00分～15時00分(予定)

場 所：加古川市立総合体育館

