

いい汗！ 快汗！ ふれあいと健康

加古川市スポーツ推進委員会

HAPPY スポーツ



↑ 市 HP



@COMMUNITYSPORTLEADERS_KAKOGAWA

↑ スポ推公式

令和8年度 新体制 START!

日頃より加古川市スポーツ推進委員会の活動にご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。令和8年度は2名の新メンバーを迎え、総勢45名の新体制でスタートいたしました。私たちスポーツ推進委員一同も新たな気持ちで、市民の皆様がスポーツを通じて健康で楽しく、いきいきと



した毎日を送ることができるよう、活動に取り組んでおります。加古川市では、一人ひとりが幸せ「**ウェルビーイング**」を実感できるまちを目指しています。ウェルビーイングとは、身体的・精神的・社会的に良い状態にあることをいい、短期的な幸福のみならず、多様な個人がそれぞれ生きがいや人生の意義などの将来にわたる 持続的な幸福を含む概念です。つまり、「**心も体も健康で、自分らしく幸せに暮らせること**」を意味します。スポーツには、体を動かして健康を促進するだけでなく、人と人をつなぎ、地域に笑顔や元

気を広げる力があります。仲間とともに汗を流すことや、新たな出会いを楽しむことは、豊かな暮らしにつながる大切な時間になると考えております。スポーツ推進委員会は、スポーツの力を通じて、市民の皆様が「ウェルビーイング」を実感できる機会を提供してまいります。また、現在、中学校部活動の地域展開が進められています。こどもたちが将来にわたってスポーツに親しみ、多くの経験を積むことができるよう、学校だけでなく地域全体で支えることが求められています。私たちスポーツ推進委員会も地域スポーツの担い手として、関係団体の皆様と連携しながら、こどもたちが安心して活動できる環境づくりに協力してまいります。本年度もニュースポーツ体験会やパラスポーツイベント、加古川市主催事業への協力など、誰もが楽しめる活動を計画しておりますので、皆様のご参加を心よりお待ちしております。引き続き、**市民の皆様とのつなが**



りを大切にしながら、「スポーツでウェルビーイングを実現する」ことを目指してまいります。今後とも加古川市スポーツ推進委員会へのご支援とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

会長 大西光



スポーツ推進委員 研修会報告

「人生を豊かにする大人のスポーツ」と題し、関西大学人間健康学部の彦次教授の講演を拝聴しました。「**スポーツ老年学**」という言葉を知りました。これは、高齢者を身体的・心理的・社会的な視点から捉え、年齢を重ねてもスポーツを楽しむ方法を研究する分野とのこと。加齢による気力や体力の衰えを嘆くのではなく、スポーツとポジティブな関係を築いていくことが重要



研修会風景

であると学びました。また、スポーツには「有酸素運動などを活用した健康体力づくり型」「アウトドアやマリンスポーツなどの楽しさを重視する余暇充実型」「勝敗を楽しむ競技スポーツ型」などがあり、自分の目的に応じて取り入れることができることも印象的でした。こうした取り組みを通して、アンチエイジング（抗加齢・抗老化）を意識するだけでなく、サクセスフルエイジング（加齢による変化を受け入れながら心身の健康を保ち、豊かな人生を送ること）という考え方を前向きに捉えることの大切さを学びました。今回の講演を通じて、スポ

ーツが身近でありながら人生を明るく豊かにしてくれる存在であること、そしてその無限の可能性に改めて気づかされました。

副会長 大辻嘉衛



第38回 加古川カップ綱引大会

令和8年2月23日（日）に総合体育館で第38回加古川カップ綱引大会が開催されました。今年も選手として“**男女混合の部**”に参加しました。この大会に向けて、今年こそ優勝できるよう、しっかりと練習に励んできました。当日は一戦一戦、緊張しながらも「**優勝するゾ**」という強い気持ちで試合に臨みました。どの試合もチームメンバーと息を合わせ、粘り強く引き切ることができました。その結果、**念願の優勝**を果たすことができました。ここ最近は一歩のところで敗れることが多かっただけに、今年は勝ち切ることができ、大変うれしく感じています。綱引きの魅力は、一人ひとりの力をひとつに合わせることで、大きな力を発揮できる点にあります。みんなで力を合わせて勝利したときの喜びは格別です。これからも楽しみながら練習に励み、連覇を目指して頑張っていきたいと思います。



開会式



男女混合の部 優勝チーム

副会長 平川徳知

カテゴリー	優勝チーム
企業対抗の部	松竹酒舗
男子の部	日高消防ウルフ
女子の部	上荘スポーツクラブ
男女混合の部	M♡M MIX
小学生の部	堺Homies
チャレンジの部	親亀パワーズ腰に湿布隊



新メンバー紹介

皆さま、よろしくお願いします！



ほりた あきこ
堀田 彰子

(研修部 R8.4～)

- ①水泳、バドミントン
- ②山歩き、山菜採り
- ③高御位山に登る



おおたに たつや
大谷 龍也

(普及部 R8.4～)

- ①サッカー、フットサル、
陸上競技
- ②こどものサッカーに関わる
- ③スポーツを楽しむ時間を作る



うえの ななこ
上野 菜々子

(事務局 R8.4～)

- ①スキー
- ②TDR に行く
- ③委員の皆さんと力を合
わせてスポーツの魅力を伝えられるように頑張ります



ふじわら ゆほ
藤原 優帆

(事務局 R7.4～)

- ①スノーボード
- ②ライブに行く
(邦楽ロックバンド)
- ③全イベント全力で！



氏名、所属、①好きなスポーツ、②趣味、③今後の目標



長年ありがとうございました

お元気で

長年にわたり加古川市スポーツ推進委員としてご活躍いただいた、山本孝幸様、穴田彰良様、山脇栄一様、樽本つぐみ様、三村美智子様、藤原翔太様、長尾浩二様、土島史大様、高松里衣様の9名が、令和8年3月をもってご退任されました。延べ8年から44年という幅広い在任期間の中で、暑い日も寒い日もスポーツイベントの運営や地域への普及活動を通じて、多くの市民に笑顔と汗（ときには筋肉痛も）を届けてくださり、健康づくりと交流の促進に多大なご貢献をいただきました。また、東・北播磨表彰、県表彰、近畿表彰に至るまでの数々の輝かしい実績は、地域スポーツの歴史そのものと言っても過言ではありません。その歩みは多くの後進にも受け継がれ、地域に根付くスポーツ文化の礎として、今後も語り継がれていくことでしょう。これまでのご尽力に心より感謝申し上げますとともに、今後のご健勝とさらなるご活躍をお祈り申し上げます。これからは、一市民としてスポーツを楽しまれる姿を見せていただければ幸いです。

感謝



令和7年度 スポーツカーニバル会場にて

No Limit !



No Limit な活動が続けてきた筆者ですが、2024 年 1 月に悪性リンパ腫を発症し、Limit を宣告されました。自覚症状もなく健康診断で病気が判明し、絶望感と恐怖に押しつぶされそうになりましたが、翌 2 月から約 6 か月にわたる抗がん剤治療を開始。夏に予定していた大会は全てキャンセル。肉体的にも精神的にも辛い闘病生活でしたが、「もう一度スタートラインに立ちたい」と



2025 年 11 月 JTU 全日本選手権

いう強い思いと家族や周囲の支えのおかげで、寛解という希望の光を手にすることができました。治療を終えた 3 ヶ月後の 11 月には神戸マラソンを完走。再び走れる喜びをかみしめながら、確かな一歩を刻みました。2025 年にはトライアスロン競技にも復帰し、JTU ロングディスタンス全日本選手権 55～59 歳の部で 3 位、



年間シリーズでも 3 位という好成績を収めることができました。現在も再発を遅らせるための維持療法を 2 か月に一度続けていますが、再発した時が本当の Limit を迎える時と自分にいい聞かせ、がんと共に生きるアスリートとして最後の悪あがきを続けています。今後も加古川市スポーツ推進委員としてスポーツイベントの運営や地域への普及活動に努め、市民の皆さまと触れ合う機会を大切にしていきたいと考えています。

追記：2026 年 5 月 31 日に開催された長良川ミドルトライアスロン大会で年代別 2 位となりました。今年も全日本選手権に出場できるよう、次戦（6 月末：諏訪湖）も頑張ります！

天野順二 委員



令和8年度スケジュール

イベント名	開催日	開催場所
スポーツライフセミナー	7/4 (土)	鳩里小学校
	7/14 (火)、7/28 (火)	117 いいな スポーツアリーナ (※2)
加古川市ボッチャ交流大会	9/26 (土)	117 いいな スポーツアリーナ (※2)
加古川スポーツカーニバル	11/3 (火・祝)	SHOWA グループ総合体育館 (※1)
		SHOWA グループ陸上競技場 (※3)
加古川ツーデーマーチ	11/14 (土)、15 (日)	加古川市役所前広場
加古川リレーマラソン	12/13 (日)	SHOWA グループ陸上競技場 (※3)
加古川カップ綱引大会	2/28 (日)	SHOWA グループ総合体育館 (※1)

※1 市立総合体育館 ※2 市立日岡山体育館 ※3 加古川運動公園陸上競技場