

# スポーツ推進委員 だより

座間市スポーツ推進委員協議会

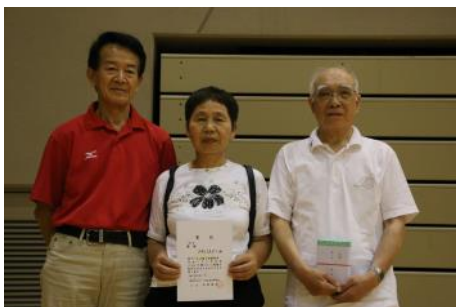
## 第 51 号

発行日 平成28年9月30日  
編集 座間市スポーツ推進委員協議会  
発行 座間市健康部スポーツ課  
住所 〒252-8566  
座間市緑ヶ丘1-1-1  
電話 046-252-8177  
F A X 046-255-3550

### 第2回カローリング大会

8月21日(日)、真夏の暑い日差しの中、多くの参加者がスカイアリーナ座間に集まり、カローリング大会が開催されました。一般の部10チーム34人、ジュニア・ファミリーの部11チーム34人が集まり、エアコンが効いたアリーナの中でも熱い戦いが繰り広げられました。

一般の部では顔見知りの方や、日頃一緒に練習している方など、チームワーク抜群で、皆さん大変上手でした。



一般の部 優勝  
「あすなろ大学1」



集中して一投!まっすぐ行って!

優勝  
おめでとう♪



ジュニア・ファミリーの部 優勝  
「チームファミリア」

接戦!どっちが何点?判定中☆



楽しいファミリー。笑顔いっぱい!!



ジュニア・ファミリーの部では、親子和気あいあいで絆を確かめ合っており、笑顔の溢れる楽しい大会となりました。

当日はざまりんも  
参加したよ☆



5月25日(水)に、今年で2回目の参加となった、市民総参加型スポーツイベント「チャレンジデーZAMA」が16日開催されました。016が継続して運動した方の参加率を人口規模がほぼ同じ自治体同士が競うもので、今回は山口県山口市が対戦相手となり競いました。当日は、多くの市民が参加しました。スポーツ推進委員は市内各地で健康のための運動指導やイベントへの参加呼び掛けなどを行いました。座間市の参加率は36.1%。対する山口市は39.1%。の、市民が一つにまとまり、健康を意識しながら運動に取り組む日組となりました。

### チャレンジデー2016

## ふれあい弘法山ハイキング

晴天に恵まれた5月21日(土)、「ふれあい弘法山ハイキング」が実施されました。

集合場所はかみが沢公園。出発前にみんなでラジオ体操を行い、体をやわらかくしました。



スタッフを含め71人が4班に分かれて出発です。今年度も市の保健師さんが同行しました。安心してハイキングが出来ます!

鶴巻温泉駅で下車後、いよいよハイキングのスタートです。気持ちよい空気を吸いながら新緑のトンネルを登っていきます。途中、木立ちの中から吹いてくる風がとても気持ち良かったです。何度か休憩を取り、そして、楽しみにしていた昼食♪



恒例の野草の天ぷら。「この葉っぱなに?」「これ美味しい」と嬉しい声が聞こえます。



また、カラスノエンドウでの草笛作り教室も好評で「ヤッター! 鳴ったよー」と子ども達の楽しそうな声が聞こえます。



十分楽しんだ後はそろそろ下山です。東海大学前駅まで休憩をとらず向かいます。無事、朝の集合場所、かみが沢公園に着いた。お疲れ様でした。



## 三市交流大会

9月10日(土)、綾瀬市民スポーツセンターにおいて、綾瀬市・海老名市・座間市スポーツ推進委員による「第30回三市交流大会」が開催されました。

今回はウォーキング(講習及び、まち歩き)を行いました。講習「インターバルウォーキング」について。



講師は城西大学准教授 平塚潤氏です。

3分ゆっくり歩いて、次の3分を早く歩くを繰り返して30分。体育館内で実践。思っ

いた以上に息が上がり、この歩き方を意識すれば効果が出る実感しました。



講習後はまち歩き。スポーツセンターから目久尻川沿いのサイクリングロードを歩きます。神崎遺跡まで約5km。天候も良く、自然にふれあい、講習の歩き方を実践しながらウォーキング終了。歩く楽しさ、方法を再確認でき、有意義な三市交流でした。

## 高尾山(登山)研修会

5月14日(土) 好天に恵まれ、高尾山で登山の実技研修が行われました。上りは1号路(3.8km)を頂上(標高599m)目指して登山口を出発しました。上り坂に次ぐ上り坂で、大汗を流しながらも、タコ杉を眺め、新緑のなか、初夏の自然を満喫し、約1時間30分で頂上に到着。わきあいあいと昼食を食べた後、頂上を後にしました。

下りは6号路(3.3km)を辿ります。前日の雨の影響もあり、所々ぬかるんでいたり、水が流れていたり、人のすれ違いにも譲り合わなければ通れないところもありました。下りは楽勝と思っていました。結構難ありの道程でした。

それでも全員無事下山。座間市に戻り、反省会で疲れを癒し、4月からの新委員も仲間に加わり、研修会を終了しました。





## カラーリング教室

6月18日(土)、スカイアリーナ座間にて開催されました。全体でのルール説明の後、各コート(10面)に分かれ、ルール確認・投球練習の後、ゲームを行いました。途中、他のコート

のチームと相手を変えての対戦もあり、どのコートでも真剣な表情で白熱したゲームが展開されました。

「カラーリング」は、簡単なルールと使いやすい用具で、特別な技術や力が必要としないため、小さい子どもから高齢の方まで、幅広い世代と一緒に楽しめるニュースポーツです。

皆さん、体験してみませんか？  
次回の皆さんのご参加を、スポーツ推進委員一同お待ちしております。



## 春の健康ウォーキング

6月11日(土)、少し初夏を感じる気候の中、市役所(三川公園)海老名ららぽーとまでの半日コース約8km、三川公園から分かれ海老名運動公園を経て海老名市役所への一日コース約14kmの健康ウォーキングを開催しました。当日は半日コース20名、一日コース23名の方が参加されました。相模線沿いのゆったりした田园風景、密集した住宅街など景色の変化がとても刺激的なウォーキングでした。

今回は市役所を出発して海老名駅周辺での解散となりましたが、秋の健康ウォーキングは、市役所に戻って解散するパターンを計画中です。お楽しみに！



## 関東スポーツ推進委員 研究大会

平成28年6月3日(金)、山梨県河口湖ステラシアターで大会が開かれました。会場はすり鉢状で、吹き抜けの空間になっており富士山の麓の風が気持ち良く感じられました。お天気に恵まれたのが何よりの幸いでした。

開式後は日本航空高等学校の演奏とバレエの演技の後、記念講演基調講演、パネルディスカッションが行われました。中でも良かったのは基調講演を話された山梨大学教育人間科学部長の中村和彦氏の話でした。

子どものころから勝ち組、負け組のように勝負にのみこだわっているとその後スポーツをしなくなる子が多い。人の一生の健康を考えると身体を動かす事が好きになるような指導をしていかなければならないとの事でした。



## 関東スポーツ推進委員協議会 表彰受賞



去る6月3日(金)に、山梨県河口湖ステラシアターにおいて、関東功労者表彰を頂

くことができました。現スポーツ推進員の前身である体育指導員に任命されてより、人生の半分近くをこの仕事に係わらせて頂いています。始めた頃は、楽しさを感じることができず、つまらなそうに参加していました。そんな私に当時の先輩指導員の皆さんは優しく丁寧に接してくださいました。雪の駅伝大会での任務中、指先の感覚もなくなつた道端で、暖かい缶コーヒーを手渡してくださいましたのも、市民の方々にスポーツを普及していく楽しみややりがいを見せてくださったのも先輩指導員の方々でした。

関東功労者表彰という、私にはもったいない名誉を頂いた今の私にできることは、今日まで脈々と続いてきた「座間市スポーツ推進員」の「願い」を次世代に引き継ぐことです。

それは、市民の皆さんにスポーツの楽しさを知って頂くこと、そして健康に生きて頂くことなのです。  
有山 周一



若いときはどんなスポーツも大好きでした。現在はターゲットボードゴルフ

を楽しんでいます。このスポーツは高齢者にとって最高のスポーツだと思います。他にも高齢者に良いニューススポーツがありましたら取り組んで、市民の皆様積極的に広めていきたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

(野口 芳雄)



座間市民になり、今年で35年目になります。何かの形で座間市

のお役に立てればと思ひていました。御縁があつてスポーツ推進委員の一員として参加させていただくことになりました。先輩委員の皆様にご指導をいただきながら、元気一杯！頑張つていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。

(野村 みさを)



本年度よりスポーツ推進委員を務めさせていただきます。

現在、小学生の学童軟式野球に携わつており、子供達の安全と健全育成に従事していますので、このスポーツ推進委員でも同じような活動が出来ればと思ひております。

(里見 厚司)



ソフトボール協会より推薦いただきました飯島です。皆様の健

康と子どもたちの運動能力向上を目指し、微力ではありますが、推進委員の皆さんと楽しく協力していきたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

(飯島 聡)



陸上競技協会の推薦を受けスポーツ推進委員になりました。

先輩方からたくさんのお話を教えていただきながら、座間市民の皆さんにお伝えできたと思ひます。よろしくお願ひいたします。

(佐久間 健太)

これから事業

【ニュースポーツ教室】10月14日(金)場所…市民体育館

●ソフトバレーボール

●ソフトバレーボール

【ニューフィールドゲーム】

11月5日(土) 場所…芹沢公園

●さわやかな秋空の下、ゲームを楽しんでね!

【市民健康マラソン大会】

11月27日(日)

場所…相模川グラウンド周辺

●チビっ子から大人の皆さんが参加できます。

【ソフトバレーボール大会】

1月15日(日)場所…市民体育館

●昨年度は35チームが参加して盛り上がりしました。

※詳しい申し込み方法等は今後の広報等でお確かめください。

編集後記

この夏はリオ・オリンピック。41個のメダルラッシュ。日本国中が大きく盛り上がりました。

女子レスリング、史上初の四連覇の伊調選手は残り4秒の大逆転。体操の内村選手は最後の鉄棒。見事な演技で大逆転。すごい集中力と最後まで諦めない強い心。感動しました。

陸上の4×100mリレーでは、100mのタイムが9秒台の選手を揃えたアメリカに対し、日本の4人は、9秒台のタイムを1人も持っていない。なぜ銀メダルを取れたのでしょうか。それは、チーム力です。心一つにして、より上を目指した勝利です。

私たち、座間市スポーツ推進委員も、30名全員で力を合わせ、座間市のスポーツ推進に向け、素晴らしい日本選手たちに負けないよう努力してまいります。



編集担当(総務部)

橋本武・近山光代・有山周一  
下山康代・井上千尋・依田玄基  
石井厚廣・春木祐子・萩原奈奈子  
山本広美・野村みさを